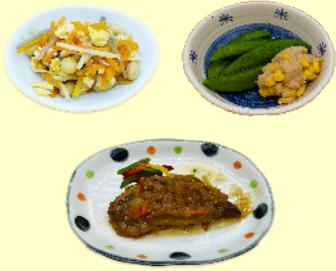


夕食週間献立カレンダー

日付	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
夕食	白身魚の南蛮漬け 野菜の卵和え スナップのツナコーンかけ みそ汁	照り焼きチキン いんげんと木耳の炒め煮 なすのドレッシングかけ スープ	ロールキャベツ〜トマトソース〜 きんぴらごぼう スパゲティサラダ みそ汁	白身フライ カリフラワーフレンチサラダ 切干大根としば漬け和え スープ
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 201Kcal/12.5g/6.6g/23.1g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 215Kcal/12.5g/8.2g/22.1g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 229Kcal/8.6g/11.8g/23.6g/2.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 186Kcal/8.5g/8.9g/18.9g/2.5g
				
日付	5月31日	6月1日	6月2日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	チキンカレー ほうれん草ツナ煮 フルーツ (みかん缶) みそ汁	オムレツ さつま芋のいとこ煮 なます みそ汁	鶏そぼろ丼 ひじきの彩り煮 フルーツ (白桃缶) みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 187Kcal/6.1g/6.8g/26.0g/3.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 178Kcal/6.1g/4.6g/28.4g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 158Kcal/7.2g/6.0g/18.2g/1.9g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません