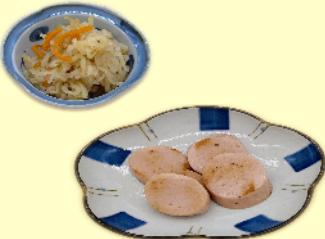


朝食週間献立カレンダー

日付	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	アジ入りさんが かぼちゃサラダ みそ汁	チキンピカタ なめこおろし みそ汁	焼はんぺん 小松菜のお浸し みそ汁	フィッシュソーセージ 切干大根煮 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 192Kcal/7.6g/10.7g/16.5g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 161Kcal/9.0g/6.5g/18.4g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 146Kcal/4.8g/6.7g/17.1g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 181Kcal/10.5g/6.5g/21.9g/2.6g
				

日付	6月14日	6月15日	6月16日
曜日	(土)	(日)	(月)
	青のり天 うの花サラダ みそ汁	ミートボール 野菜入り春雨煮 みそ汁	シューマイ なす生姜風味煮 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 172Kcal/5.0g/9.6g/17.1g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 116Kcal/5.6g/3.7g/16.5g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 120Kcal/5.4g/4.1g/15.9g/1.5g
			



※お米の栄養価は含まれておりません