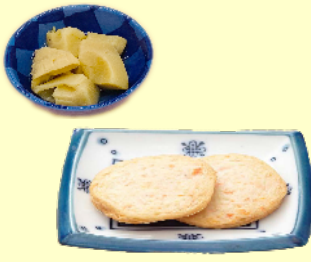


朝食週間献立カレンダー

日付	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	ソーセージステーキ ゆずなめこ春雨 みそ汁	鮭よせ チンゲン菜のカニカマ和え みそ汁	いわし入りハンバーグ ワカメとオクラの酢の物 みそ汁	野菜丸揚げ たけのこの煮物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 149Kcal/5.7g/7.5g/14.5g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 170Kcal/7.2g/7.5g/18.8g/1.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 86Kcal/6.6g/2.6g/11.1g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 127Kcal/9.1g/4.8g/12.6g/2.3g
				

日付	6月21日	6月22日	6月23日
曜日	(土)	(日)	(月)
	ふんわり野菜豆腐よせ 野菜の甘酢和え みそ汁	枝豆人参生姜白揚げ ひじき煮 みそ汁	ミニハンバーグ ふき土佐煮 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 145Kcal/4.6g/6.5g/16.9g/1.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 90Kcal/5.6g/4.2g/9.5g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 113Kcal/6.0g/2.4g/18.4g/1.5g
			



※お米の栄養価は含まれておりません