

夕食週間献立カレンダー

日付 曜日	8月15日 (金)	8月16日 (土)	8月17日 (日)	8月18日 (月)
夕食	白身フライ ほうれん草ツナ煮 切干大根としば漬け和え 中華スープ	チキンカレー カリフラワーレンチサラダ フルーツ（みかん缶） スープ	豆腐ハンバーグ～中華香味タレ～ さつまいものいとこ煮 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 162Kcal/8.6g/7.1g/16.4g/3.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 195Kcal/5.1g/8.5g/25.4g/3.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 247Kcal/7.5g/9.6g/34.0g/2.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 157Kcal/6.8g/5.9g/18.3g/1.9g
				



※お米の栄養価は含まれておりません