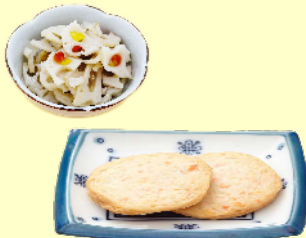
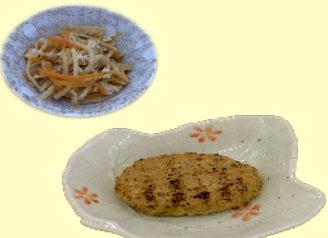


朝食週間献立カレンダー

日付	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	ソーセージステーキ 人参しりしり みそ汁	野菜丸揚げ レンコンマリネ みそ汁	香味シューマイ 菜の花ちらし みそ汁	いわし入りハンバーグ 筍の金平 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 144Kcal/7.3g/7.5g/12.2g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 139Kcal/4.8g/5.3g/18.3g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 151Kcal/5.6g/4.1g/24.7g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 117Kcal/6.7g/4.1g/14.0g/1.8g
				

日付	8月23日	8月24日	8月25日
曜日	(土)	(日)	(月)
	ふんわり野菜豆腐よせ ワカメとオクラの酢の物 みそ汁	枝豆人参生姜揚げ ゆずなめこ春雨 みそ汁	コーンピースオムレツ 野菜の甘酢和え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 106Kcal/5.0g/5.9g/10.2g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 124Kcal/5.1g/2.9g/20.7g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 126Kcal/7.2g/4.8g/14.6g/1.6g
			



※お米の栄養価は含まれておりません