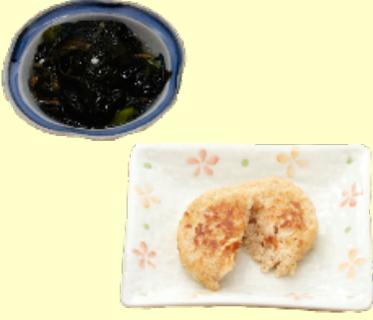


朝食週間献立カレンダー

日付	9月2日	9月3日	9月4日	9月5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 ワカメとオクラの酢の物 みそ汁	いわし入りハンバーグ 切干大根としば漬け和え みそ汁	野菜丸揚げ チンゲン菜のカニカマ和え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 139Kcal/5.6g/7.5g/11.9g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 174Kcal/7.2g/7.5g/20.9g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 95Kcal/7.1g/2.7g/11.8g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 120Kcal/8.6g/4.7g/11.5g/1.8g
				
日付	9月6日	9月7日	9月8日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	ふんわり野菜豆腐よせ イタリアンサラダ 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 141Kcal/4.8g/7.8g/13.2g/1.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 90Kcal/5.4g/4.1g/9.5g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 106Kcal/5.6g/2.3g/17.4g/1.5g	
				

※お米の栄養価は含まれておりません