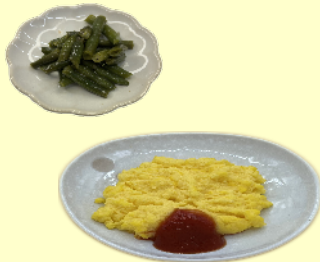


朝食週間献立カレンダー

日付	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
曜日	(水)	(木)	(金)	(土)
朝食	スクランブルエッグ インゲンのドレッシングがけ みそ汁	いわし入りハンバーグ ブロッコリーのツナコーンがけ みそ汁	シューマイ 切干大根のコンソメ風味 みそ汁	ふんわり野菜豆腐よせ 春雨中華サラダ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 130Kcal/5.5g/5.9g/15.8g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 147Kcal/12.6g/6.4g/11.4g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 122Kcal/5.6g/5.8g/11.8g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 171Kcal/6.1g/6.8g/22.3g/1.5g
				

日付	9月21日	9月22日
曜日	(日)	(月)
	パンプキンキッシュ 春菊の信田和え みそ汁	野菜丸揚げ 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 140Kcal/3.3g/6.6g/18.4g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 120Kcal/4.7g/4.0g/16.5g/1.9g
		





※お米の栄養価は含まれておりません