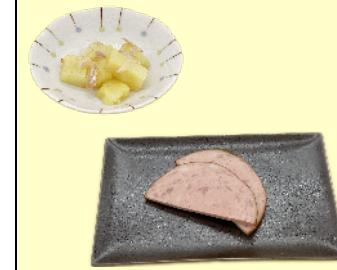


朝食週間献立カレンダー

日付	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	ソーセージステーキ ジャーマンポテト みそ汁	鮭よせ 切干大根としば漬け和え みそ汁	野菜丸揚げ ワカメとオクラの酢の物 みそ汁	いわし入りハンバーグ ほうれん草のみそがけ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 156Kcal/6.2g/8.8g/14.9g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 163Kcal/6.3g/6.4g/20.2g/1.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 134Kcal/8.9g/5.7g/13.6g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 99Kcal/7.3g/3.5g/11.0g/1.3g
				
日付	2月7日	2月8日	2月9日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	香味シーマイ ザワークラウト風 みそ汁	枝豆人参生姜白揚げ イタリアンサラダ 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 161Kcal/4.9g/7.1g/20.0g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 82Kcal/4.3g/3.5g/9.2g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 100Kcal/5.2g/3.2g/14.1g/1.6g	
				

※お米の栄養価は含まれておりません