夕食週間献立カレンダー

日付	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
夕食	チキンロイヤル ワカメとカニカマのやわらか煮 マカロニサラダ みそ汁	いわし山椒煮 仙台麩と野菜の煮物 ごぼうサラダ みそ汁	肉団子和風うま煮 ひじき蓮根 キャベツサラダサウザン風 みそ汁	鮭とコーンの葱まみれ丼 カリフラワーおかか和え フルーツ（黄桃缶） みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g
	256Kcal/11.3g/14.3g/22.2g/3.2g	215Kcal/12.2g/9.9g/18.8g/2.2g	190Kcal/8.9g/7.9g/20.9g/2.9g	132Kcal/8.5g/1.6g/21.2g/2.8g

日付	4月11日	4月12日	4月13日
曜日	(土)	(日)	(月)
	かに玉甘酢あんかけ 豆乳ガンモ煮 菜の花ピーナッツ和え みそ汁	ミニ菜めし たぬきそば ほうれん草ツナ煮 フルーツ（りんご缶）	肉味噌丼 さつま揚といんげんのﾋﾟｰﾅｯﾂ和え フルーツ（洋なし缶） わかめスープ
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g
	185Kcal/10.5g/8.0g/17.8g/2.5g	241Kcal/7.8g/4.1g/43.4g/2.8g	214Kcal/9.1g/10.4g/21.0g/2.9g

※お米の栄養価は含まれておりません