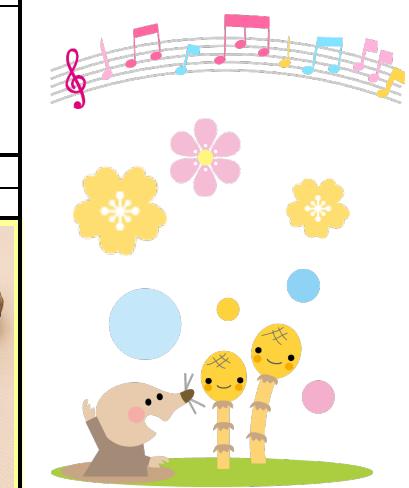


# 朝食週間献立カレンダー

日付	4月26日 (火)	4月27日 (水)	4月28日 (木)	4月29日 (金)	4月30日 (土)
曜日	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
朝食	フィッシュソーセージ ひじき煮 たいみそ みそ汁	ちぐさ玉子焼き 小海老和え ごま昆布 みそ汁	赤魚塩焼き 大豆五目煮 梅干し みそ汁	あじさんが焼き おひたし Ca&Mgふりかけ みそ汁	もち麦ご飯 コーンピースオムレツ 菜の花ちらし 金山寺みそ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 115Kcal/4.9g/4.4g/15.3g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 82Kcal/6.2g/2.5g/9.2g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 121Kcal/10.4g/4.6g/10.7g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 99Kcal/6.4g/5.4g/6.6g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 113Kcal/5.1g/2.0g/21.0g/1.9g

日付	5月1日 (日)	5月2日 (月)	5月3日 (火)	5月4日 (水)
曜日	朝食	朝食	朝食	朝食
朝食	ミートボール 生姜和え しそひじき みそ汁	しそ入りしんじょ餡かけ ゆかりマヨ和え Ca&Mgふりかけ みそ汁	香味シューマイ ハム和え あっさり高菜 みそ汁	スクランブルエッグ ふきの葉物 ビタミンふりかけ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 95Kcal/4.8g/3.2g/12.9g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 147Kcal/4.7g/8.8g/14.5g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 113Kcal/5.0g/5.0g/12.2g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 102Kcal/4.9g/5.7g/9.2g/2.0g



※お米の栄養価は含まれておりません