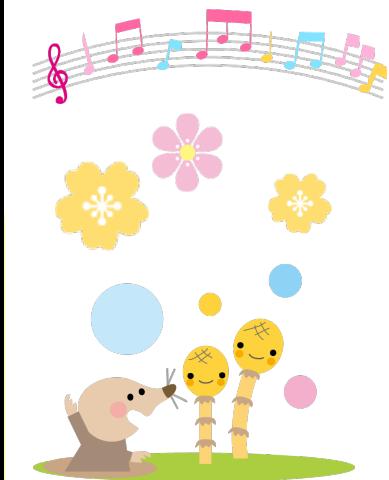


夕食週間献立カレンダー

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	タラ味噌焼き たけのこの煮物 スパゲティサラダ	デミソースハンバーグ 豆乳がんも煮 わかめと干しうびの当座煮	かに玉チャーハン 春雨中華サラダ 杏仁フルーツ	鶏肉のチリソース煮 お好み焼き 小松菜のしらす和え	もち麦ご飯 さば塩焼き キャベツとグリル野菜のソテー 大根サラダ
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 203Kcal/12.7g/8.3g/20.0g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 227Kcal/12.6g/11.8g/18.2g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 189Kcal/6.3g/7.0g/24.7g/2.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 214Kcal/12.2g/9.3g/19.3g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 294Kcal/13.8g/19.1g/18.0g/2.3g
					

日付	5月1日 (日)	5月2日 (月)	5月3日 (火)	5月4日 (水)
曜日	ビーフシチュー 小松菜のお浸し フルーツ(りんご缶)	さわらハーブ衣焼き 筍のそぼろ煮 キャベツサラダサウザン風	もち麦ご飯 チキンのBBQソース 野菜コロッケ なます	シルバー照り焼き 三角信田煮 さつまいもと豆のパンマスター風味
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 182Kcal/4.0g/5.1g/29.1g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 299Kcal/14.8g/18.7g/17.0g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 267Kcal/9.7g/12.7g/28.3g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 219Kcal/14.0g/8.7g/20.3g/1.5g
				



※お米の栄養価は含まれておりません