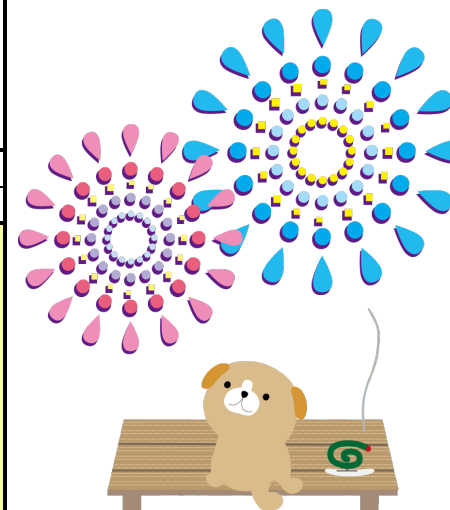


夕食週間献立カレンダー

日付	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
夕食	<p>ポークステーキ甘辛ソース 豆腐のおろしあん ごぼうサラダ</p>	<p>十五穀米 白身魚竜田揚げ インゲンと豚肉の炒め風 味付山菜</p>	<p>鶏肉と大根のサムゲタン風 お好み焼き とろろ</p>	<p>サバ味噌煮 かぼちゃのクリーミー仕立て 8種素材の彩ごまサラダ</p>
栄養価	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 233Kcal/9.9g/14.3g/14.9g/1.7g</p>	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 182Kcal/10.2g/9.0g/14.4g/1.7g</p>	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 214Kcal/12.0g/9.1g/19.6g/1.8g</p>	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 253Kcal/9.7g/16.0g/18.2g/1.6g</p>

日付	8月27日	8月28日	8月29日
曜日	(土)	(日)	(月)
夕食	<p>炊き込みバリエア さつまいものレーズン煮 杏仁フルーツ</p>	<p>緑黄色野菜玉子よせ 豚肉とキャベツのうま煮 なすの香味がけ</p>	<p>ささみフライ&野菜コロッケ ひじき煮 いんげんの胡麻よごし</p>
栄養価	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 183Kcal/8.9g/1.1g/35.2g/1.1g</p>	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 160Kcal/5.8g/9.8g/12.4g/1.7g</p>	<p>kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 249Kcal/7.1g/14.6g/24.2g/1.8g</p>



※お米の栄養価は含まれておりません