





昼食週間献立カレンダー

日付 曜日	5月5日 (金)	5月6日 (土)	5月7日 (日)	5月8日 (月)
昼食	まぐろそぼろのちらし寿司 さつま揚げと大根の煮物 うぐいす豆 フルーツミックス すまし汁	チキンロイヤル 三角信田煮 とろろ みそ汁	イワシ梅醤油煮 牛肉とごぼうのしぐれ煮 ポテトサラダ かき玉汁	鶏肉と野菜のハーブ煮 若布と卵のおかか和え 田楽なす すまし汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 254Kcal/12.2g/4.1g/41.3g/3.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 280Kcal/15.3g/11.6g/28.8g/2.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 297Kcal/13.9g/16.1g/23.3g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 281Kcal/17.6g/12.5g/25.6g/3.4g
				



※お米の栄養価は含まれておりません