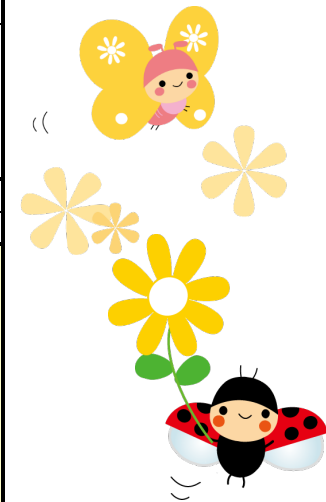


# 朝食週間献立カレンダー

日付	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	ソーセージステーキ ゆずなめこ春雨 みそ汁	枝豆人参生姜白揚げ 菜の花のお浸し みそ汁	シューマイ 春菊の中華和え みそ汁	ふんわり野菜豆腐よせ たけのこの煮物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 120Kcal/5.8g/5.7g/11.3g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 97Kcal/5.6g/2.1g/15.4g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 126Kcal/8.0g/4.3g/15.7g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 149Kcal/9.0g/8.2g/10.7g/2.2g
				
日付	6月1日	6月2日	6月3日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	鮭よせ ひじき煮 みそ汁	ミニハンバーグ インゲンの錦糸和え みそ汁	野菜丸揚げ ふき土佐煮 みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 167Kcal/6.8g/9.1g/15.6g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 120Kcal/8.7g/4.7g/12.1g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 207Kcal/6.2g/11.1g/21.3g/2.1g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません