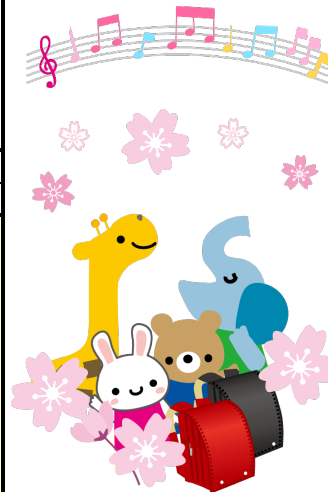


昼食週間献立カレンダー

日付	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
昼食	ジャンバラヤ風炊き込みご飯 カリフラワーフレンチサラダ フルーツ（白桃缶） 中華スープ	メバル西京焼き 白和え チンゲン菜の彩り生姜和え みそ汁	ささみフライ＆野菜コロッケ 大豆五目煮 いんげんのカニカマ和え みそ汁	ミニ発芽玄米ご飯 とろろ昆布そば 高野の含め煮 フルーツ（バナナ）
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 225Kcal/9.8g/10.5g/22.3g/2.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 169Kcal/16.9g/7.7g/8.5g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270Kcal/10.8g/14.1g/27.8g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 277Kcal/10.0g/4.1g/50.7g/2.5g
				
日付	4月6日	4月7日	4月8日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	イワシ煮付け梅醤油 いんげんと木耳の炒め煮 なます みそ汁	【お楽しみ献立④】 大人様プレート フルーツ（パイン缶） スープ	ぶり照り揚げ 麩の卵仕立て ブロッコリーのガーリック風味 みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 162Kcal/11.8g/5.0g/16.6g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 319Kcal/12.0g/14.8g/36.4g/2.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 252Kcal/14.0g/13.2g/20.0g/2.2g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません