

たんぱく系 おかず 1週間分

		賞味期限		
	個数	年	月	日
鮮さんま	2	10	10	17
鮮さば	1	10	11	8
鮮するめいか わた入り醤油煮	1	11	6	24
さんま蒲焼	3	11	10	1
いわし蒲焼	1	11	11	1
さけ	1	11	5	20
さば味噌煮	1	11	9	1
シーチキン	3	11	9	23
焼き鯖味噌味付	1	11	10	21
焼き鯖しょうゆ味付	2	11	10	20
まぐろフレーク味付	1	11	9	12
シーチキンコーン	1	11	7	29
ウインナーソーセージ	1	11	9	23
ニューコンミート	2	11	8	4
合計	21			