

献立表

5月8日～5月14日

8日 (月)	やわらか 一口ステーキ	ジャーマンポテト 若竹煮・他	エネルギー 529 kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 38.0 g 塩分 4.9 g
9日 (火)	サバの煮付け	糸コンニャクの煮物 ほうれん草の煮浸し・他	エネルギー 441 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 20.3 g 塩分 5.1 g
10日 (水)	酢豚	ワケギと麩の甘辛煮 モヤシのソテー・他	エネルギー 385 kcal 蛋白質 14.6 g 脂質 14.0 g 塩分 3.8 g
11日 (木)	アジの塩焼き	春雨の中華和え インゲンのおかか煮・他	エネルギー 402 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 17.0 g 塩分 2.2 g
12日 (金)	枝豆とチーズの 包みコロケ	ひじき煮 ブロッコリーのコンソメ煮・他	エネルギー 354 kcal 蛋白質 13.4 g 脂質 17.0 g 塩分 2.6 g
13日 (土)	回鍋肉	糸こんにゃくの韓国風炒め マカロニサラダ もやしのゆかり和え ほうれん草と揚げの煮物・他	エネルギー 460 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 25.4 g 塩分 2.4 g
14日 (日)			エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 塩分 g

* 仕入れの都合により献立が変わる場合があります。ご了承下さい。