

# 献立表

6月26日～7月2日

26日 (月)	天ぷら盛合せ	ビーフソテー 卵の花・他	エネルギー 464 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 19.1 g 塩分 2.5 g
27日 (火)	鶏肉の ねぎ塩焼き	人参とツナの煮物 コールスロー・他	エネルギー 529 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 30.4 g 塩分 2.4 g
28日 (水)	サケの 南蛮野菜のせ	フキの煮物 コンニャクの味噌煮・他	エネルギー 417 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 20.3 g 塩分 3.4 g
29日 (木)	ミートボール カレー	インゲンのソテー モヤシと高菜の炒め物・他	エネルギー 597 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 34.9 g 塩分 4.1 g
30日 (金)	タチウオの 煮つけ	焼きうどん なます・他	エネルギー 460 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 21 g 塩分 2.6 g
1日 (土)	鶏肉の ネギ塩焼き	スパゲティーサラダ がんとスナップエンドウの炊き合わせ レンコンゆかり和え チンゲン菜の煮浸し・他	エネルギー 367 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 20.6 g 塩分 2.3 g
2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。