

献立表

7月24日～7月30日

| | | | |
|------------|------------------|---|---|
| 24日 (月) | 焼き鳥 ・ 春巻 | マカロニのクリーム煮 なます・他 | エネルギー 425 kcal 蛋白質 12.7 g 脂質 19.2 g 塩分 3.8 g |
| 25日 (火) | 天ぷら盛合せ | 小松菜の煮浸し ワカメの甘酢和え・他 | エネルギー 425 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 15.3 g 塩分 2.1 g |
| 26日 (水) | 肉団子の 甘酢あんかけ | チンゲン菜のソテー ジャーマンポテト・他 | エネルギー 496 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 22.4 g 塩分 5 g |
| 27日 (木) | タラの チリソース | 切干大根煮 コンニャクのサラダ・他 | エネルギー 383 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 15.5 g 塩分 3.3 g |
| 28日 (金) | 豚肉と野菜の 味噌マヨ炒め | 人参とツナの煮物 枝豆のひすい煮・他 | エネルギー 425 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 19.6 g 塩分 3.3 g |
| 29日 (土) | 豚肉の 生姜焼き | 炒り豆腐 竹輪とスナップエンドウの炊き合わせ 大根柚子和え ワカメと人参の煮浸し・他 | エネルギー 317 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 15.9 g 塩分 3.3 g |
| 30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。