

献立表

9月25日～10月1日

25日 (月)	ミートボール カレー	野菜サラダ ブロッコリーの中華炒め・他	エネルギー 548 kcal 蛋白質 16.3 g 脂質 27.3 g 塩分 5.4 g
26日 (火)	エビフライ	ほうれん草の煮浸し ジャガ芋のクリーム煮・他	エネルギー 406 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 17.5 g 塩分 4.3 g
27日 (水)	牛肉の 柳川風煮	カミナリコンニャク インゲンのソテー・他	エネルギー 486 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 25.1 g 塩分 2.1 g
28日 (木)	サンマの おかか煮	たたきゴボウ 小松菜の煮浸し・他	エネルギー 483 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 20.9 g 塩分 3 g
29日 (金)	豚肉の トマトソース煮	切干大根のハリハリ漬け 若竹煮・他	エネルギー 342 kcal 蛋白質 16.3 g 脂質 7.7 g 塩分 2.4 g
30日 (土)	ハンバーグ	ひじき煮 コールスロー じゃが芋バジル和え 大根と人参の煮物・他	エネルギー 403 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 17.9 g 塩分 2.7 g
1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。