

献立表

2月26日～3月4日

26日 (月)	ミンチカツ	若竹煮 コールスロー・他	エネルギー 539 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 29.7 g 塩分 2.3 g
27日 (火)	サケの チャンチャン焼 き	菜の花の煮浸し 白和え・他	エネルギー 421 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 16.7 g 塩分 3.1 g
28日 (水)	牛肉と野菜の おろしポン酢か け	ミックスベジタブルのクリーム 煮 干瓢の甘辛煮・他	エネルギー 411 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 21.0 g 塩分 3.0 g
1日 (木)	タラの ムニエル	人参のグラッセ じゃが芋のチーズソース煮・他	エネルギー 397 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 19.0 g 塩分 2.4 g
2日 (金)	鶏肉の照焼き	ワケギの煮浸し コンニャクのサラダ・他	エネルギー 329 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 18.8 g 塩分 3.0 g
3日 (土)	鶏肉の唐揚げ	ペペロンチーノ 竹輪の味噌煮 人参サラダ 揚げとニラのピリ辛煮・他	エネルギー 383 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 21.2 g 塩分 1.7 g
4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。