

# 献立表

2月5日～2月11日

5日 (月)	天ぷら盛合せ	豚肉とゴボウの甘辛煮 人参と揚げの金平・他	エネルギー 432 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 18.5 g 塩分 2.1 g
6日 (火)	ミートボール カレー	オクラの煮浸し レンコンの塩ダレ炒め・他	エネルギー 522 kcal 蛋白質 14.8 g 脂質 27.4 g 塩分 4.6 g
7日 (水)	サバの煮付け	ヒジキとシソの実の和え物 春雨の中華和え・他	エネルギー 435 kcal 蛋白質 26.0 g 脂質 20.7 g 塩分 4.3 g
8日 (木)	鶏肉の治部煮	コーンのバター醤油煮 若竹煮・他	エネルギー 436 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 17.5 g 塩分 2.1 g
9日 (金)	銀ヒラスの 照焼き	春菊の煮浸し なます・他	エネルギー 334 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 12.8 g 塩分 2.5 g
10日 (土)	ハムカツ	海藻サラダ レンコン金平 なます キャベツとザーサイのピリ辛炒め・他	エネルギー 382 kcal 蛋白質 13.3 g 脂質 20.7 g 塩分 2.4 g
11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。