

献立表

3月26日～4月1日

26日 (月)	豚肉の 生姜焼き	金平ゴボウ 春雨サラダ・他	エネルギー 483 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 35.5 g 塩分 3.1 g
27日 (火)	サワラの ねぎ塩焼き	人参の胡麻煮 カミナリコンニャク・他	エネルギー 356 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 19.4 g 塩分 2.6 g
28日 (水)	ハンバーグ デミグラスソース	カリフラワーのコンソメ煮 サツマ芋の甘煮・他	エネルギー 517 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 21.6 g 塩分 3.9 g
29日 (木)	アカウオの 玉葱ソースか け	レンコンの塩ダレ炒め キャベツのカレー炒め・他	エネルギー 458 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 26.9 g 塩分 2.8 g
30日 (金)	すき焼き	ワケギの煮浸し 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 458 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 23.9 g 塩分 2.0 g
31日 (土)	トンカツ 味噌ジンジャーソース	ゴボウサラダ 竹輪とこんにゃくの炊き合わせ コーンソテー ワカメの煮浸し・他	エネルギー 279 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 7.8 g 塩分 4.1 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。