

献立表

9月17日～9月23日

17日 (月)	サケの 柚庵焼き	わけぎの煮浸し ひじき煮・他	エネルギー 423 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 19.0 g 塩分 2.7 g
18日 (火)	回鍋肉	ほうれん草のソテー ジャーマンポテト・他	エネルギー 537 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 27.6 g 塩分 3.4 g
19日 (水)	アカウオの 塩焼き	干瓢の甘辛煮 南瓜のいところ煮・他	エネルギー 302 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 11.9 g 塩分 1.7 g
20日 (木)	親子煮	ごぼうの胡麻煮 和風スパゲティー・他	エネルギー 567 kcal 蛋白質 31.9 g 脂質 27.7 g 塩分 2.3 g
21日 (金)	銀ヒラスの もろみ漬け焼 き	キャベツのスープ煮 さつま揚げの煮物・他	エネルギー 285 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 12.5 g 塩分 2.3 g
22日 (土)	鶏肉の 柚子塩添え	春雨中華煮 切干大根煮 大豆煮 ワカメと人参の甘酢和え・他	エネルギー 388 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 18.7 g 塩分 3.6 g
23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。