

献立表

4月15日～4月21日

15日 (月)	豚肉の トマトソース 煮	コールスロー 梅ひじき・他	エネルギー 297 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 13.8 g 塩分 2.0 g
16日 (火)	サワラの 西京焼き	菜の花のお浸し 干瓢の甘辛煮・他	エネルギー 561 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 28.8 g 塩分 3.6 g
17日 (水)	鶏肉の 和風あんかけ	小松菜の煮浸し コンニャクのサラダ・他	エネルギー 476 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 27.2 g 塩分 2.4 g
18日 (木)	イワシの梅煮	大根のあっさり煮 ビーフンソテー・他	エネルギー 354 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 17.7 g 塩分 1.5 g
19日 (金)	ハンバーグ おろしソース	コーンの甘辛煮 キャベツのナムル・他	エネルギー 426 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 18.8 g 塩分 3.3 g
20日 (土)	豚唐の 甘ダレ和え	海藻サラダ レンコンとオクラの炊き合わせ カミナリこんにゃく きのこ佃煮・他	エネルギー 396 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.6 g 塩分 2.2 g
21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。