

献立表

6月3日～6月9日

3日 (月)	サバの照焼き	肉団子 カミナリコンニャク・他	エネルギー 374 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 18.7 g 塩分 2.9 g
4日 (火)	蒸し鶏と 温野菜の胡麻だれ	ピーマンの炒り煮 和風スパゲティー・他	エネルギー 367 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 10.1 g 塩分 1.6 g
5日 (水)	イワシの みぞれ煮	枝豆のひすい煮 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 368 kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 20.4 g 塩分 1.8 g
6日 (木)	回鍋肉	わけぎと麩の甘辛煮 ポテトサラダ・他	エネルギー 393 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 20.5 g 塩分 1.4 g
7日 (金)	カレイの 天ぷら	白菜の浅漬風 春菊の煮浸し・他	エネルギー 327 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 10.9 g 塩分 1.5 g
8日 (土)	豚肉の 甘タレ和え	焼きうどん イカ団子とオクラの炊き合わせ キャベツのゆかり和え チンゲン菜の中華煮・他	エネルギー 404 kcal 蛋白質 12.5 g 脂質 20.1 g 塩分 3.5 g
9日 (日)			

* 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。