

献立表

6月10日～6月16日

10日 (月)	鶏肉の 炭火焼き風味	ふきの煮物 れんこんサラダ・他	エネルギー 338 kcal 蛋白質 34.2 g 脂質 11.4 g 塩分 1.7 g
11日 (火)	天ぷら盛合せ	牛肉と野菜のソース炒め オクラのおかか煮・他	エネルギー 426 kcal 蛋白質 16.7 g 脂質 14.8 g 塩分 2.1 g
12日 (水)	八宝菜	いんげんのソテー ひじき煮・他	エネルギー 321 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 15.1 g 塩分 2.5 g
13日 (木)	サワラの 塩焼き	たたきごぼう 高野豆腐の含め煮・他	エネルギー 328 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 16.6 g 塩分 1.3 g
14日 (金)	牛肉の 柳川風煮	昆布と竹の子の煮物 キャベツのナムル・他	エネルギー 309 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 12.0 g 塩分 2.8 g
15日 (土)	オムレツ ミートソースか け	切干大根煮 炊き合わせ ワカメの甘酢和え たたきごぼう・他	エネルギー 383 kcal 蛋白質 12.3 g 脂質 18.1 g 塩分 4.8 g
16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。