

献立表

8月5日～8月11日

5日 (月)	鶏肉の唐揚げ	野菜サラダ ジャーマンポテト・他	エネルギー 554 kcal 蛋白質 27.0 g 脂質 31.4 g 塩分 1.7 g
6日 (火)	サワラの塩焼き	大根と高菜の炒め物 ふきの煮物・他	エネルギー 299 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 16.5 g 塩分 1.2 g
7日 (水)	酢豚	チンゲン菜のソテー 塩ダレ焼きそば・他	エネルギー 472 kcal 蛋白質 11.3 g 脂質 16.7 g 塩分 3.3 g
8日 (木)	イワシの梅煮	枝豆のひすい煮 ひじき煮・他	エネルギー 282 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 13.0 g 塩分 1.6 g
9日 (金)	牛肉の柳川風煮	若竹煮 れんこんサラダ・他	エネルギー 439 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 24.8 g 塩分 2.8 g
10日 (土)	フライ盛合せ	おさかなハンバーグ がんもとオクラの炊き合わせ 枝豆の塩炒め 分葱と麩の煮物・他	エネルギー 215 kcal 蛋白質 13.2 g 脂質 7.2 g 塩分 1.9 g
11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。