

献立表

9月2日～9月7日

2日 (月)	天ぷら盛合せ	人参と揚げの金平 キャベツのナムル・他	エネルギー 471 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 21.5 g 塩分 1.8 g
3日 (火)	鶏肉の 和風あんかけ	ほうれん草のソテー ひじき煮・他	エネルギー 455 kcal 蛋白質 26.8 g 脂質 28.1 g 塩分 1.6 g
4日 (水)	八宝菜	いんげんのソテー 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 330 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 13.1 g 塩分 1.7 g
5日 (木)	サワラの照焼き	豚肉とごぼうの甘辛煮 竹の子の金平・他	エネルギー 354 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 17.3 g 塩分 2.0 g
6日 (金)	やわらか 一口ステーキ	チンゲン菜の中華煮 ポテトサラダ・他	エネルギー 485 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 34.8 g 塩分 2.2 g
7日 (土)	チキンステーキ	コロッケ ひじき煮 レンコン金平 枝豆の塩炒め・他	エネルギー 397 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 20.1 g 塩分 3.5 g
8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。