

献立表

2月3日～2月9日

| | | | |
|-----------|---------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 3日 (月) | イワシの梅煮 | フキのおかか煮 キャベツのナムル・他 | エネルギー 220 kcal 蛋白質 12.4 g 脂質 6.6 g 塩分 2.0 g |
| 4日 (火) | 回鍋肉 | カリフラワーコンソメ煮 切干大根のハリハリ漬け・他 | エネルギー 342 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 16.5 g 塩分 1.5 g |
| 5日 (水) | サワラの ねぎ塩焼き | ピーマン炒め 焼きうどん・他 | エネルギー 368 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 25.2 g 塩分 1.8 g |
| 6日 (木) | 鶏肉山椒風味 | いんげんの胡麻煮 春雨の中華和え・他 | エネルギー 445 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 24.2 g 塩分 2.3 g |
| 7日 (金) | サバの照焼き | カミナリコンニャク ワケギの甘辛煮・他 | エネルギー 324 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 16.0 g 塩分 2.8 g |
| 8日 (土) | 豚肉の 甘ダレ和え | スパゲティーバジルソテー 高野とコンニャクの炊き合わせ 小松菜の煮浸し コーンソテー・他 | エネルギー 333 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 15.1 g 塩分 3.6 g |
| 9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。