

# 献立表

2月24日～3月1日

24日 (月)	牛肉と大根の 煮物	春菊の煮浸し たたきごぼう・他	エネルギー 388 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 18.0 g 塩分 1.2 g
25日 (火)	アカウオの 西京焼き	枝豆の煮物 干瓢の甘辛煮・他	エネルギー 361 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 12.9 g 塩分 1.3 g
26日 (水)	ミートボール カレー	コールスロー コンニャク煮・他	エネルギー 600 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 35.3 g 塩分 4.1 g
27日 (木)	天ぷら盛合せ	人参のマリネ 小松菜の煮浸し・他	エネルギー 414 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 19.6 g 塩分 1.4 g
28日 (金)	チキンソテー	ピーマンおかなか炒め 切干大根煮・他	エネルギー 436 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 26.7 g 塩分 1.4 g
29日 (土)	タラの唐揚げ	ひじき煮 茄子の味噌煮 雷こんにゃく キャベツのゆかり和え・他	エネルギー 417 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 21.2 g 塩分 2.6 g
1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。