

# 献立表

4月6日～4月12日

6日 (月)	サワラの 粕漬焼き	じゃがいもの照煮 和風スパゲティー・他	エネルギー 394 kcal 蛋白質 23.7 g 脂質 23.8 g 塩分 1.5 g
7日 (火)	鶏肉の照焼き	枝豆おかか風味 白和え・他	エネルギー 403 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 20.1 g 塩分 2.3 g
8日 (水)	イワシの 梅煮	オクラの煮浸し カリフラワーの甘酢和え・他	エネルギー 372 kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 15.3 g 塩分 1.7 g
9日 (木)	八宝菜	いんげんのソテー ポテトサラダ・他	エネルギー 338 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 16.8 g 塩分 2.0 g
10日 (金)	アジの塩焼き	カミナリコンニャク 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 240 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 8.8 g 塩分 1.7 g
11日 (土)	油淋鶏	コンニャクと南瓜の炊き合わせ 茄子味噌煮 高野豆腐のひすい煮 ひじき煮・他	エネルギー 346 kcal 蛋白質 13.7 g 脂質 14.8 g 塩分 3.4 g
12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。