

献立表

6月1日～6月7日

1日 (月)	鶏肉の 和風あんかけ	ビーフソテー ほうれん草の煮浸し・他	エネルギー 484 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 27.5 g 塩分 1.4 g
2日 (火)	カレイの 煮つけ	豚肉と野菜の炒め煮 人参と揚げの金平・他	エネルギー 339 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 11.7 g 塩分 2.1 g
3日 (水)	オムレツ	れんこんサラダ 粉ふき芋・他	エネルギー 429 kcal 蛋白質 12.3 g 脂質 27.6 g 塩分 3.3 g
4日 (木)	カジキ おろしソース	切干大根のハリハリ漬け カミナリコンニャク・他	エネルギー 411 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 22.8 g 塩分 2.5 g
5日 (金)	豚肉山椒風味	大豆煮 ピーマン炒め・他	エネルギー 524 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 33.9 g 塩分 1.7 g
6日 (土)	フライドチキン	マカロニ和風ソテー 椎茸と人参の炊き合わせ ひじきの炒め煮 れんこん金平・他	エネルギー 428 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 28.9 g 塩分 3.4 g
7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。