

献立表

6月22日～6月28日

| | | | |
|------------|---------------|--|---|
| 22日 (月) | アジの もろみ漬焼き | カリフラワーコンソメ煮 コーンの甘辛煮・他 | エネルギー 301 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 10.3 g 塩分 3.1 g |
| 23日 (火) | チキン ステーキ | ほうれん草の煮浸し さつま芋の甘煮・他 | エネルギー 548 kcal 蛋白質 26.6 g 脂質 33.1 g 塩分 1.0 g |
| 24日 (水) | お魚 ハンバーグ | バンバンジー 五目大豆・他 | エネルギー 308 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 14.2 g 塩分 1.8 g |
| 25日 (木) | 豚肉の 味噌焼き | 春雨の中華和え オクラのおかか煮・他 | エネルギー 484 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 33.9 g 塩分 2.2 g |
| 26日 (金) | 小エビの 天ぷら | ごぼうサラダ 糸コンニャクと茎わかめの煮物・他 | エネルギー 311 kcal 蛋白質 13.6 g 脂質 19.5 g 塩分 2.1 g |
| 27日 (土) | チキン ステーキ | 春雨中華煮 竹輪とオクラの炊き合わせ たたきごぼう チンゲン菜の煮浸し・他 | エネルギー 443 kcal 蛋白質 13.3 g 脂質 24.2 g 塩分 2.4 g |
| 28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。