

# 献立表

8月3日～8月9日

3日 (月)	鶏肉の ねぎ塩焼き	スパゲティーサラダ 若竹煮・他	エネルギー 460 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 28.2 g 塩分 1.7 g
4日 (火)	タラの 蒸し焼き	ふきの煮物 大根と高菜の炒め物・他	エネルギー 258 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 13.8 g 塩分 2.4 g
5日 (水)	すき焼き	コンニャクとピーマンの炒め物 枝豆の煮物・他	エネルギー 392 kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 20.7 g 塩分 1.5 g
6日 (木)	カジキの もろみ漬け焼き	トウロク豆 人参と揚げの金平・他	エネルギー 356 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 14.8 g 塩分 1.9 g
7日 (金)	豚肉の 山椒風味	卵の花 チンゲン菜のソテー・他	エネルギー 455 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 31.9 g 塩分 1.7 g
8日 (土)	ミートボールの クリーム煮	ソース焼きうどん 竹輪とオクラの炊き合わせ 枝豆と玉葱の塩ダレ炒め 竹の子の金平・他	エネルギー 326 kcal 蛋白質 11.1 g 脂質 13.4 g 塩分 3.3 g
9日 (日)			

\* 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。