

献立表

8月31日～9月6日

31日 (月)	鶏肉の照焼き	玉葱とピーマンの甘酢和え 大根のあっさり煮・他	エネルギー 315 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 16.9 g 塩分 2.0 g
1日 (火)	小エビの 天ぷら	そぼろ肉じゃが ごぼうサラダ・他	エネルギー 472 kcal 蛋白質 12.5 g 脂質 30.4 g 塩分 1.7 g
2日 (水)	牛肉と野菜の 炒め物	さつまいもの甘煮 ビーフンソテー・他	エネルギー 508 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 30.2 g 塩分 2.2 g
3日 (木)	タラの ムニエル	コーンの甘辛煮 オクラのおかか煮・他	エネルギー 372 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 16.9 g 塩分 2.0 g
4日 (金)	つくねの旨煮	ピーマン炒め ジャーマンポテト・他	エネルギー 467 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 28.4 g 塩分 2.8 g
5日 (土)	フライド チキン	スパゲティーサラダ コンヤクとインゲンの炊き合わせ ひじきの炒め煮 大根金平・他	エネルギー 426 kcal 蛋白質 13.1 g 脂質 28.1 g 塩分 3.1 g
6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。