

献立表

11月2日～11月8日

2日 (月)	鶏肉の ねぎ塩焼き	ワカメと揚げの煮物 ジャーマンポテト・他	エネルギー 603 kcal 蛋白質 25.8 g 脂質 42.4 g 塩分 2.0 g
3日 (火)	フライ 盛り合わせ	なます わけぎの甘辛煮・他	エネルギー 565 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 29.8 g 塩分 3.0 g
4日 (水)	肉じゃが	ほうれん草おかか煮 切干大根煮・他	エネルギー 336 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 12.3 g 塩分 1.7 g
5日 (木)	サワラの田楽	豚焼肉 玉葱とピーマンの甘酢和え・他	エネルギー 355 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 13.3 g 塩分 2.1 g
6日 (金)	煮込み ハンバーグ	粉ふき芋 チンゲン菜のソテー・他	エネルギー 414 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 22.2 g 塩分 3.1 g
7日 (土)	ミンチカツ	ひじきの炒り煮 がんとごぼうの炊き合わせ 玉葱マリネ 大根のあっさり煮・他	エネルギー 319 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 12.4 g 塩分 3.6 g
8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。