

献立表

2月1日～2月7日

1日 (月)	鶏肉山椒風味	ワカメの甘酢和え 高野豆腐の玉子とじ・他	エネルギー 466 kcal 蛋白質 28.8 g 脂質 28.7 g 塩分 2.3 g
2日 (火)	イワシの梅煮	コンニャク煮 五目大豆・他	エネルギー 318 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 14.2 g 塩分 1.8 g
3日 (水)	回鍋肉	オクラのおかか煮 れんこんサラダ・他	エネルギー 413 kcal 蛋白質 15.7 g 脂質 18.2 g 塩分 2.0 g
4日 (木)	サワラの もろみ漬焼き	わけぎの甘辛煮 なめ茸・他	エネルギー 316 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 16.3 g 塩分 2.1 g
5日 (金)	牛肉の 柳川風煮	干瓢の甘辛煮 春雨の中華和え・他	エネルギー 440 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 19.1 g 塩分 2.5 g
6日 (土)	フライドチキン ミニハンバーグ	五目煮 がんも煮 ごぼうの甘辛炒め ワカメの甘酢生姜和え・他	エネルギー 424 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 22.9 g 塩分 3.9 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。