

献立表

2月15日～2月20日

15日 (月)	鶏肉の 炭火焼き風味	菜の花の煮浸し ひじき煮・他	エネルギー 478 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 28.9 g 塩分 1.5 g
16日 (火)	コロッケ	えのきとワカメの煮物 卵の花・他	エネルギー 335 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 14.0 g 塩分 2.7 g
17日 (水)	ハッシュド ビーフ	スクランブルエッグ ブロッコリーソテー・他	エネルギー 407 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 23.5 g 塩分 2.7 g
18日 (木)	アジの 柚庵焼き	豚肉とチンゲン菜の炒め物 平天の炒り煮・他	エネルギー 422 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 16.2 g 塩分 1.9 g
19日 (金)	豚肉の天ぷら	ほうれん草のソテー れんこんサラダ・他	エネルギー 379 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 23.5 g 塩分 2.3 g
20日 (土)	ミンチカツ	春雨中華炒め がんと里芋の炊き合わせ 赤ピーマンのゆずドレッシング和え 大根のあっさり煮・他	エネルギー 343 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 14.2 g 塩分 3.6 g
21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。