

献立表

3月22日～3月27日

22日 (月)	タラの ムニエル	カリフラワーカレー風味 焼きそば・他	エネルギー 347 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 12.6 g 塩分 2.9 g
23日 (火)	ハンバーグ	若竹煮 ごぼうサラダ・他	エネルギー 310 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 16.9 g 塩分 3.0 g
24日 (水)	カジキの 照焼き	糸コンニャクの煮物 なます・他	エネルギー 282 kcal 蛋白質 16.8 g 脂質 11.7 g 塩分 1.4 g
25日 (木)	親子煮	枝豆クリーム煮 れんこんの金平・他	エネルギー 544 kcal 蛋白質 31.9 g 脂質 29.0 g 塩分 2.6 g
26日 (金)	アカウオの 塩焼き	白菜の旨煮 さつまいもの甘煮・他	エネルギー 363 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 16.5 g 塩分 2.1 g
27日 (土)	春巻き 焼売	がんもと椎茸の炊き合わせ 切干大根煮 たたきごぼう ワカメとカニ身の煮物・他	エネルギー 493 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 27.2 g 塩分 4.7 g
28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。