

献立表

8月2日～8月7日

2日 (月)	アジフライ	ポテトサラダ 若竹煮・他	エネルギー 344 kcal 蛋白質 13.7 g 脂質 16.4 g 塩分 2.8 g
3日 (火)	鶏肉山椒風味	切干大根煮 れんこんの胡麻和え・他	エネルギー 420 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 24.2 g 塩分 1.6 g
4日 (水)	サワラの田楽	金平ごぼう ふきの煮物・他	エネルギー 367 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 18.1 g 塩分 2.1 g
5日 (木)	すき焼き	キャベツのナムル 糸コンニャクの煮物・他	エネルギー 398 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 21.3 g 塩分 1.2 g
6日 (金)	メバルの煮つけ	干瓢の甘辛煮 いんげんのソテー・他	エネルギー 305 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 12.0 g 塩分 2.2 g
7日 (土)	チキンステーキ	切干大根煮 こんにゃくの味噌煮 人参とツナの煮物 キャベツとザーサイの炒め物・他	エネルギー 508 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 33.6 g 塩分 2.9 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。