

献立表

9月6日～9月11日

6日 (月)	タラの ねぎ塩焼き	ミートスパゲティー ジャーマンポテト・他	エネルギー 467 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 28.3 g 塩分 2.7 g
7日 (火)	すき焼き	大根味噌炒め いんげんのソテー・他	エネルギー 541 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 33.6 g 塩分 1.0 g
8日 (水)	サバの煮つけ	豚焼肉 昆布煮・他	エネルギー 397 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 19.4 g 塩分 2.8 g
9日 (木)	鶏肉の 和風あんかけ	ごぼうサラダ ピーマンのおかか和え・他	エネルギー 468 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 28.5 g 塩分 1.2 g
10日 (金)	海鮮炒め	カリフラワーの甘酢和え オクラの煮浸し・他	エネルギー 309 kcal 蛋白質 15.2 g 脂質 10.5 g 塩分 2.9 g
11日 (土)	チキン ステーキ	枝豆天とがんもの炊き合わせ 竹輪の磯辺揚げ 人参と昆布の煮物 白菜の柚子和え・他	エネルギー 489 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 28.1 g 塩分 4.5 g
12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。