

献立表

2月21日～2月26日

21日 (月)	カジキの 照焼き	焼きうどん 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 376 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 15.4 g 塩分 1.6 g
22日 (火)	ヒレカツ	小松菜の煮浸し 南瓜のいところ煮・他	エネルギー 544 kcal 蛋白質 28.5 g 脂質 15.2 g 塩分 2.2 g
23日 (水)	おでん	春菊の煮浸し 金平ごぼう・他	エネルギー 312 kcal 蛋白質 14.0 g 脂質 14.1 g 塩分 2.8 g
24日 (木)	鶏肉の 和風あんかけ	じゃが芋の煮物 ビーフンソテー・他	エネルギー 480 kcal 蛋白質 27.0 g 脂質 28.6 g 塩分 2.7 g
25日 (金)	エビ マヨネーズ	チンゲン菜のソテー 昆布煮・他	エネルギー 388 kcal 蛋白質 8.1 g 脂質 22.8 g 塩分 2.0 g
26日 (土)	炊き合わせ ・ オムレツ	春雨中華煮 高野豆腐煮 人参の昆布和え 小松菜のお浸し・他	エネルギー 349 kcal 蛋白質 16.6 g 脂質 15.5 g 塩分 3.5 g
27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。