

# 献立表

5月9日～5月14日

9日 (月)	鶏肉山椒風味	糸コンニャクの煮物 わけぎの甘辛煮・他	エネルギー 421 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 25.4 g 塩分 2.0 g
10日 (火)	アジの塩焼き	茎ワカメ 平天の炒り煮・他	エネルギー 346 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 15.8 g 塩分 3.6 g
11日 (水)	酢豚	塩ダレ焼きそば 菜の花の煮浸し・他	エネルギー 407 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 12.4 g 塩分 3.2 g
12日 (木)	イワシの梅煮	そばろ肉じゃが うまい菜の煮浸し・他	エネルギー 286 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 6.4 g 塩分 1.7 g
13日 (金)	牛肉の 柳川風煮	春菊の煮浸し 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 437 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 22.5 g 塩分 2.4 g
14日 (土)	肉団子の 野菜あんかけ	スパゲティーサラダ 大根と人参の煮物 梅ひじき 菜の花煮浸し・他	エネルギー 289 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 10.2 g 塩分 4.0 g
15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。