

献立表

4月25日～5月1日

25日 (月)	ハムカツ	マカロニソテー 野菜炒め・他	エネルギー 411 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 19.5 g 塩分 3.7 g
26日 (火)	カジキの照焼き	さつま芋の甘煮 小松菜の煮浸し・他	エネルギー 361 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 14.4 g 塩分 2.2 g
27日 (水)	鶏肉の ねぎ塩焼き	卵の花 春菊の煮浸し・他	エネルギー 386 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 21.8 g 塩分 1.8 g
28日 (木)	オムレツ	チンゲン菜のクリーム煮 きのこの佃煮・他	エネルギー 385 kcal 蛋白質 12.8 g 脂質 25.0 g 塩分 2.8 g
29日 (金)	肉じゃが	菜の花の辛子和え 切干大根のハリハリ漬け・他	エネルギー 442 kcal 蛋白質 14.5 g 脂質 24.4 g 塩分 1.0 g
30日 (土)	アジフライ ・ ハムステーキ	マカロニのクリーム煮 揚げ出し豆腐 たたきごぼう 人参の昆布和え・他	エネルギー 317 kcal 蛋白質 13.1 g 脂質 16.1 g 塩分 2.7 g
1日 (日)	白身魚フライ	菜の花と玉子のサラダ 竹の子の土佐煮 椎茸の生姜煮 ニラと揚げの甘辛炒め・他	エネルギー 348 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 18.3 g 塩分 2.2 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。