

# 献立表

5月23日～5月28日

23日 (月)	ハンバーグ おろしソース	わけぎの煮浸し コーンのソテー・他	エネルギー 386 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 20.6 g 塩分 2.9 g
24日 (火)	アカウオの 塩焼き	さつま芋の甘煮 ひじき煮・他	エネルギー 407 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 17.0 g 塩分 1.7 g
25日 (水)	鶏肉の唐揚げ	チンゲン菜のソテー コールスロー・他	エネルギー 515 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 36.5 g 塩分 1.6 g
26日 (木)	タラの田楽	若竹煮 焼きうどん・他	エネルギー 321 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.5 g 塩分 1.7 g
27日 (金)	ハッシュド ビーフ	野菜サラダ 茎ワカメの胡麻和え・他	エネルギー 410 kcal 蛋白質 12.7 g 脂質 25.1 g 塩分 3.0 g
28日 (土)	オムレツの クリームソース	野菜と竹輪のタレ炒め れんこんとこんにゃくの炊き合わせ ひじきの生姜煮 ワケギと麩の甘辛煮・他	エネルギー 293 kcal 蛋白質 13.4 g 脂質 9.8 g 塩分 4.5 g
29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。