

献立表

6月20日～6月26日

20日 (月)	牛肉と野菜の炒め物	カミナリコンニャク 切干大根煮・他	エネルギー 306 kcal 蛋白質 12.5 g 脂質 18.0 g 塩分 2.3 g
21日 (火)	イワシのみぞれ煮	スパゲティーソテーレモン風味 じゃが芋そぼろ煮・他	エネルギー 298 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 12.0 g 塩分 2.2 g
22日 (水)	鶏肉の塩麴焼き	干瓢煮 うまい菜の煮浸し・他	エネルギー 486 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 28.7 g 塩分 2.5 g
23日 (木)	アカウオのもろみ漬焼き	平天の炒り煮 もやし青しそ風味・他	エネルギー 348 kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 17.7 g 塩分 2.2 g
24日 (金)	ミートボールカレー	ブロッコリーコンソメ煮 若竹煮・他	エネルギー 492 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 28.5 g 塩分 4.3 g
25日 (土)	肉団子の中華あん 春巻き	ビーフンソテー 椎茸と厚揚げの炊き合わせ 人参昆布和え オクラ煮浸し・他	エネルギー 292 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 8.5 g 塩分 3.5 g
26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。