

献立表

期 間：2023/8/14～2023/8/18

	日	月	火	水	木	金	土
	13	14	15	16	17	18	19
昼食		厚揚げの中華旨煮 春巻き キムチもやし さつまいもの甘煮 大豆肉味噌 パインとフルーツカクテル	焼肉 ピーマンの肉詰め 春雨サラダ 竹の子のこぶし煮 うずら串フライ 杏仁フルーツ	白身魚の野菜あん じゃがいも串フライ スパゲティサラダ ワカメのナムル風 和風オムレツ キウイとフルーツカクテル	牛肉コロッケ スパゲティ・ポロネース ポテトサラダ 大根の煮つけ イカ千り みかんとフルーツカクテル	マーボー豆腐 鱈フライ つきこんの金平 カボチャ煮物 海老マヨサラダ フルーツヨーグルト	
		エネルギー 336kcal 脂質 19.4g 蛋白質 10.1g 食塩 1.4g	エネルギー 288kcal 脂質 9.1g 蛋白質 13.8g 食塩 2.3g	エネルギー 318kcal 脂質 9.3g 蛋白質 28.1g 食塩 2.3g	エネルギー 388kcal 脂質 18.2g 蛋白質 14.3g 食塩 0.7g	エネルギー 335kcal 脂質 17.5g 蛋白質 14.9g 食塩 2.1g	