献立表

期　　間：2021/7/21～2021/7/31

	日	月	火	水	木	金	土
				21	22	23	24
昼食				ポークカレー 生野菜 ささみフライ	祝日	祝日	
				エネルギー 312kcal 脂質 12.5g 蛋白質 16.2g 食塩 2.5g			
	25	26	27	28	29	30	31
昼食		肉野菜炒め 白身フライ 紅白なます カボチャ煮物 千草焼き フルーツカクテル	カレーコロッケ 煮物 梅えのき ほうれん草お浸し イカのステーキ フルーツカクテル	鶏の甘酢あんかけ ハッシュポテト 焼きビーフン 揚げ茄子の生姜煮 大豆肉味噌 フルーツカクテル	肉ジャガ オムレツ チリビーンズ 小松菜の炒め物 イカリングフライ フルーツカクテル	八宝菜 肉団子 コーンコールスロー いんげんのおかか和え チーズはんぺんフライ フルーツカクテル	
		エネルギー 362kcal 脂質 17.9g 蛋白質 15.3g 食塩 1.6g	エネルギー 262kcal 脂質 4.7g 蛋白質 14.7g 食塩 2g	エネルギー 373kcal 脂質 14.2g 蛋白質 32g 食塩 1.5g	エネルギー 400kcal 脂質 16.1g 蛋白質 26.5g 食塩 2.4g	エネルギー 391kcal 脂質 14.4g 蛋白質 25.7g 食塩 0.9g	