

献立表

期 間：2021/9/1～2021/9/10

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
昼食				鶏照焼き 煮物 豆の胡麻和えサラダ レンコンの金平風 イカリングフライ キウイとフルーツカクテル	キーマカレー スパゲティナポリタン コーンコールスロー 小松菜の辛味和え 玉子ロール ミカンとフルーツカクテル	牛肉コロッケ 煮物 くらげ酢 大豆肉味噌 フクグラタン フルーツヨーグルト	
				エネルギー 364kcal 脂質 9g 蛋白質 33.4g 食塩 2.2g	エネルギー 364kcal 脂質 15.5g 蛋白質 15.1g 食塩 2.6g	エネルギー 287kcal 脂質 9.9g 蛋白質 12.1g 食塩 2.3g	
	5	6	7	8	9	10	
昼食		回鍋肉 煮物 味付きなめたけ ほうれん草お浸し チーズはんぺんフライ パインとフルーツカクテル	肉ジャガ オムレツ 紅白なます きんぴら牛蒡 レンコン磯辺天 杏仁フルーツ	マーボー豆腐 ミニコロッケ マカロニサラダ いんげんの金平 玉子ロール キウイとフルーツカクテル	カツ煮 スパゲティーボロネース コーンコールスロー ふきのおかか煮 アジの塩焼き ミカンとフルーツカクテル	八宝菜 肉団子 春雨中華サラダ 昆布の煮付け かに玉 フルーツヨーグルト	
		エネルギー 383kcal 脂質 19g 蛋白質 17.1g 食塩 2g	エネルギー 386kcal 脂質 18.7g 蛋白質 12.5g 食塩 1g	エネルギー 400kcal 脂質 13.5g 蛋白質 18.6g 食塩 1.3g	エネルギー 411kcal 脂質 16.4g 蛋白質 18.8g 食塩 1.7g	エネルギー 342kcal 脂質 11.6g 蛋白質 16.9g 食塩 1.1g	