献立表

期 間：2024/8/21~2024/8/29

	日	月	火	水	木	金	土
				21	22	23	24
昼食	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>《9月の予定》 カレーの日 13日、25日</p> </div>			<p>回鍋肉 コーンコロケ ワカメのナムル風 竹の子のこぶし煮 イカチリソース カレイの照焼き デザート</p> <p>エネルギー 470kcal 脂質 29g 蛋白質 21.3g 食塩 1.9g</p>	<p>ハムカツ 蓮根のキンピラ ひじきの五目煮 松前高菜 さば塩焼き 牛しぐれ煮 デザート</p> <p>エネルギー 411kcal 脂質 16.3g 蛋白質 18.6g 食塩 1.8g</p>	<p>八宝菜 カリフラワーのサラダ 梅ごぼう 煮物 ささみフライ 赤魚の塩焼 デザート</p> <p>エネルギー 344kcal 脂質 14.9g 蛋白質 24.4g 食塩 1g</p>	
	25	26	27	28	29	30	31
昼食		<p>肉豆腐のコチジャン風味 蓮根の肉詰フライ 揚げ茄子の生姜風味 春雨中華サラダ 千草焼き 海鮮海老餃子 デザート</p> <p>エネルギー 455kcal 脂質 20.6g 蛋白質 16.3g 食塩 2g</p>	<p>焼肉 大焼売 青梗菜ナムル マカロニサラダ 白身フライ かに玉 デザート</p> <p>エネルギー 442kcal 脂質 21.6g 蛋白質 19.3g 食塩 1.5g</p>	<p>茄子キーマカレー 生野菜 トンカツ デザート</p> <p>エネルギー 337kcal 脂質 14.9g 蛋白質 18.5g 食塩 2.1g</p>	<p>韓国風フルコギ えびかつ さつまいものマッシュサラダ 山菜の煮つけ ミニオムレツ 水餃子 デザート</p> <p>エネルギー 459kcal 脂質 25.9g 蛋白質 22.3g 食塩 2.2g</p>		