12月　献　立　表

mon月	tue火	wed水	thu木	fri金
				1
				回鍋肉 春巻き 切干大根煮 青菜のナムル・煮卵・みかん ご飯
ｴﾈﾙｷﾞｰ　kcal　蛋白質　g 脂質　g　塩分　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　kcal　蛋白質　g 脂質　g　塩分　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　kcal　蛋白質　g 脂質　g　塩分　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　kcal　蛋白質　g 脂質　g　塩分　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　731　kcal　蛋白質　23.5　g 脂質　19.9　g　塩分　2　g
4	5	6	7	8
豆腐ハンバーグ フランクフリッター インゲンソテー・粉吹き芋 五目煮 蒟蒻と筍の酢みそ和え しんじょ煮・ご飯	ビビンバ（具） チヂミ 豆の中華サラダ りんご ご飯	鯖の竜田揚げ 親子煮 切り干し大根の胡麻炒め 甘酢和え・かぼちゃ焼売 麦ご飯	豆腐ステーキ 豚肉の豆板醤炒め・ブロッコリー オクラのおかか和え 肉団子の甘酢あん うずら豆煮・ご飯	クリームコロッケ 鮭の塩焼き レバーのカレー風味ソテー 卯の花和え 炊き合わせ（蓮根・人参・里芋） 麦ご飯
ｴﾈﾙｷﾞｰ　740　kcal　蛋白質　21　g 脂質　18.4　g　塩分　2.6　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　702　kcal　蛋白質　23.3　g 脂質　16.7　g　塩分　1.9　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　732　kcal　蛋白質　26.7　g 脂質　19　g　塩分　2.2　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　695　kcal　蛋白質　29.5　g 脂質　11.7　g　塩分　2.1　g	ｴﾈﾙｷﾞｰ　710　kcal　蛋白質　22.7　g 脂質　17.2　g　塩分　2.3　g

調整には万全を期しておりますが、材料の購入上多少の変更はご了承願います。
ご飯に使用しているお米は国産米となっています。
お問い合わせは栄養士　小山内まで。

大和市深見西4－2－20
株式会社　安田物産
クッキングセンター大和工場
TEL　046－261－7255