

# 7月献立表

mon月

tue火

wed水

thu木

fri金

					1					2					3														
										チンジャオロース・ゆで卵 茎わかめ入り海藻サラダ 五目煮 肉焼売 ご飯					ビビンバ(具)(ナムル) 豆腐サラダ チヂミ パイン缶 麦ご飯														
エネルギー	kcal	蛋白質		g	エネルギー	kcal	蛋白質		g	エネルギー	kcal	蛋白質		g	エネルギー	738	kcal	蛋白質	24.3	g	エネルギー	703	kcal	蛋白質	23.8	g			
脂質	g	塩分		g	脂質	g	塩分		g	脂質	g	塩分		g	脂質	19.1	g	塩分	2.4	g	脂質	17.6	g	塩分	2.1	g			
6					7					8					9					10									
生揚げのそぼろ煮 春巻き コンニャクの酢味噌和え インゲンサラダ ご飯					酢豚 星コロッケ バンサンスー カットコーン ご飯																								
エネルギー	755	kcal	蛋白質	20.8	g	エネルギー	762	kcal	蛋白質	20.6	g	エネルギー		kcal	蛋白質		g	エネルギー		kcal	蛋白質		g	エネルギー		kcal	蛋白質		g
脂質	20	g	塩分	1.8	g	脂質	21.4	g	塩分	1.7	g	脂質		g	塩分		g	脂質		g	塩分		g	脂質		g	塩分		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おります。  
 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

