

戸塚高校(定時制)

8月献立表

mon月

tue火

wed水

thu木

fri金

24					25					26					27					28						
															白身魚フライ 鶏肉のガーリックペッパー焼き じゃこ入り金平ごぼう 春雨サラダ・オクラのゆかり和え ご飯・牛乳					チリコンカーン 花野菜サラダ チキンナゲット 小松菜のソテー・チーズ ご飯・牛乳						
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	898	kcal	蛋白質	34.1	g	エネルギー	884	kcal	蛋白質	32.9	g
脂質	g	塩分		g	脂質	g	塩分		g	脂質	g	塩分		g	脂質	28.7	g	塩分	2.3	g	脂質	29.2	g	塩分	2.6	g
31																										
メンチカツ さわらの西京焼き・南瓜煮 根菜サラダ・人参しりしり 小松菜としらすの和え物 ご飯・牛乳																										
エネルギー	917	kcal	蛋白質	32.8	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	エネルギー	kcal	蛋白質		g	
脂質	27.6	g	塩分	2.4	g	脂質	g	塩分		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

