

	11/24(月)		11/25(火)		11/26(水)		11/27(木)		11/28(金)		11/29(土)
	振替休日		いかとオクラの彩カツ		牛タンシチューフライ		ザクザク衣の		おいしい竜田揚げ		彩り野菜の春雨炒め
Pタンパク質			30.9g		17.4g		31.7g		29.9g		17.9g
F脂質			13.1g		22.7g		26.5g		21.6g		34.6g
C糖質			55.2g		54.3g		40.6g		57.4g		35.5g
	12/1(月)		12/2(火)		12/3(水)		12/4(木)		12/5(金)		12/6(土)
	鯡しそフライ		しっとり旨メンチ		のり唐めんたい弁当		生姜肉団子甘辛酢		ハンバーグデミグラスソース		マーボー春雨
Pタンパク質	15.1g		23.5g		23.9g		30.7g		33.3g		28.8g
F脂質	22.1g		30.7g		35.2g		26.7g		27.4g		34.9g
C糖質	49.8g		34.7g		46.6g		40.8g		36.3g		30.5g