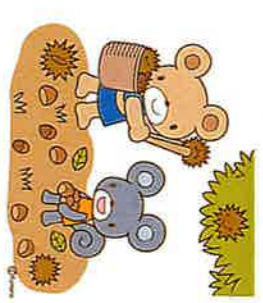


等々力の家 献立表 ~令和3年10月度~

		10月1日 金曜日		10月2日 土曜日	
献立		御飯 みそ汁(冬瓜・椎茸) 肉豆腐 温泉卵 しろなからし和え	御飯 お吸物(菜類・大根菜) さばの味噌煮 れんこんきんぴら かぶの塩昆布和え	御飯 お吸物(菜類・大根菜) みそ汁(かぶ・かぶ菜) 豚肉のしぐれ煮 あざりど青梗菜の炒め きやらぶき	御飯 お吸物(菜類・大根菜) みそ汁(かぶ・かぶ菜) れんこんきんぴら かぶの塩昆布和え
成分	エネルギー 599kcal 蛋白質 25g 脂質 23.3g 食塩 2.8g	エネルギー 626kcal 蛋白質 22.5g 脂質 21g 食塩 2.8g	エネルギー 599kcal 蛋白質 25g 脂質 23.3g 食塩 2.8g	エネルギー 626kcal 蛋白質 22.5g 脂質 21g 食塩 2.8g	エネルギー 626kcal 蛋白質 22.5g 脂質 21g 食塩 2.8g
	