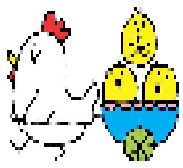
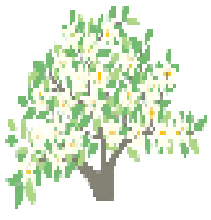
メ　ニ　ュ　ー

	朝　食	昼　食	夕　食
5月23日(木)	麦飯 味噌汁 卵焼き 桜漬【洋梨缶】 牛乳	御飯 白身魚のカレー焼き ワンタンスープ 胡瓜の和え物 カップケーキ【はちみつレモンゼリー】	御飯 和風おろしハンバーグ 筍の中華炒め【キャベツの中華炒め】 ほうれん草ごま和え【ほうれん草和え物】 野沢菜ちりめん【ゆずみそ】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 523　蛋白質: 20 脂質: 11　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 603　蛋白質: 25 脂質: 5　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 586　蛋白質: 24 脂質: 17　塩分相当量: 2
5月24日(金)	麦飯 味噌汁 いんげんの甘辛煮 ふりかけ【めかぶ佃煮】 牛乳	御飯 豚肉の生姜焼き ふきの煮物 ポテトたらこマヨネーズあえ 梅ゼリー	御飯 ダルマダイのうに焼き 白菜のスープ煮 冷奴 葉わさび漬【黄桃缶】 
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 487　蛋白質: 16 脂質: 6　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 626　蛋白質: 21 脂質: 17　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 584　蛋白質: 33 脂質: 15　塩分相当量: 3
5月25日(土)	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 甘口たらこ【ポテトサラダ】 牛乳	御飯 かに玉あんかけ 大根のそぼろ煮 胡瓜のナムル 甘夏缶【パインゼリー】	御飯 ポークチャップ 南瓜のいとこ煮 チンゲン菜のピーナツ和え べったら漬【たくあんペースト】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 536　蛋白質: 25 脂質: 9　塩分相当量:4	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 563　蛋白質: 22 脂質: 13　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 583　蛋白質: 22 脂質: 11　塩分相当量: 3
5月26日(日)	クロワッサン クリームスープ 胡瓜のサラダ ももゼリー グレープジュース	御飯 鶏肉の治部煮 にんにくの芽炒め うめとろろ しその実わかめ【白桃缶】	御飯 鮭のゆかり焼き きのこの炒め煮【ポテトの煮物】 ぬた【ちしゃの酢みそ和え】 うぐいす豆
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 500　蛋白質: 9 脂質: 22　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 610　蛋白質: 22 脂質: 14　塩分相当量:4	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 572　蛋白質: 30 脂質: 9　塩分相当量: 3
5月27日(月)	麦飯 味噌汁 茄子の炒め煮 味付けのり【のり佃】 牛乳	御飯 揚げだし豆腐 もずくスープ 白菜の磯辺和え ヨーグルトムース	御飯 牛肉の二色巻き 和風スパゲッティー カリフラワーのサラダ うめびしお
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 476　蛋白質: 16 脂質: 6　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 628　蛋白質: 21 脂質: 18　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 596　蛋白質: 22 脂質: 14　塩分相当量: 3
5月28日(火)	麦飯 味噌汁 割干大根の煮物 菊水漬【洋梨缶】 牛乳	御飯 豚しゃぶ さつま芋の煮物 胡瓜のツナ和え コーヒーゼリー	御飯 鮭の南部焼き ほうれん草のソテー 新玉葱の土佐酢和え しそ昆布【めかぶ佃煮】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 533　蛋白質: 17 脂質: 7　塩分相当量:4	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 630　蛋白質: 22 脂質: 12　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 508　蛋白質: 25 脂質: 8　塩分相当量: 3
5月29日(水) 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【長芋の煮物】 菜公【ふりかけ】 牛乳	御飯 鯖の塩焼き アスパラのソテー【チンゲン菜ソテー】 パンプキンサラダ キウイフルーツ【いちごムース】	御飯 鶏肉の炊き合わせ 豆腐とトマトの炒め物 レタスレモン醤油和え 黄金いか【りんご缶】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 468　蛋白質: 15 脂質: 8　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 647　蛋白質: 25 脂質: 22　塩分相当量:1	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 554　蛋白質: 25 脂質: 14　塩分相当量: 2

*【　　】内は軟菜食・ミキサー食・ソフト食の方の献立です。やむを得ず、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。