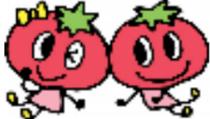
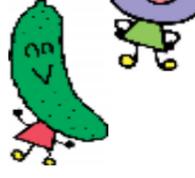


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
8月1日(木) 	麦飯 味噌汁 茄子の炒め煮 たくあん【たくあん漬ペースト】 牛乳	赤飯 ダルマダイの山椒焼 清汁 キャベツの磯辺和え フルーチェ	御飯  牛肉のおろし煮 春雨の中華炒め ブロッコリーのおかか和え ゆずみそ
	エネルギー: 498 蛋白質: 16 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 594 蛋白質: 35 脂質: 14 塩分相当量: 4	エネルギー: 611 蛋白質: 22 脂質: 17 塩分相当量: 3
8月2日(金)	麦飯 味噌汁 いんげんの甘辛煮 しその実わかめ【パンプキンサラダ】 牛乳	冷やしうどん おむすび 野菜のソテー 抹茶ミルクゼリー 	御飯 鯖のぬか炊き リヨネーズポテト【ポトフ】 胡瓜の利休和え バナナ【バナナムース】
	エネルギー: 503 蛋白質: 17 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 488 蛋白質: 20 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 692 蛋白質: 27 脂質: 21 塩分相当量: 2
8月3日(土) 	麦飯 味噌汁 白菜の炒め煮 梅干し【うめびしお】 牛乳	御飯 カラスカレイのチーズ焼き ふきの煮物【大根の煮物】 チンゲン菜の和え物 ビワ缶	御飯 豚肉とわかめの炒め物【豚肉の炒め物】 さつまいものミルク煮 ゆずきのこの酢の物  甘口たらこ【パインゼリー】
	エネルギー: 490 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 541 蛋白質: 24 脂質: 9 塩分相当量: 2	エネルギー: 641 蛋白質: 30 脂質: 13 塩分相当量: 4
8月4日(日) 	ロールパン オニオンコンソメスープ オムレツ 白桃ヨーグルト【ももゼリー】 グレープジュース	御飯 シューマイの辛子醤油かけ 南瓜の煮物 キャベツのツナ和え 山川漬【たくあん漬ペースト】	御飯 鮭の香草焼き ほうれん草のソテー もずくの酢の物【山芋とろろ】 京わかめ【ふりかけ】
	エネルギー: 507 蛋白質: 16 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 591 蛋白質: 20 脂質: 11 塩分相当量: 4	エネルギー: 561 蛋白質: 27 脂質: 15 塩分相当量: 2
8月5日(月)	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しそわかめ【めかぶ佃煮】 牛乳	御飯  チキンチャップ なすの揚げ煮 胡瓜のナムル オレンジ【オレンジゼリー】	御飯 かに玉あんかけ きのことソテー【ピーマンソテー】 チンゲン菜のピーナツ和え べったら漬【黄桃缶】
	エネルギー: 490 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 627 蛋白質: 21 脂質: 22 塩分相当量: 2	エネルギー: 536 蛋白質: 21 脂質: 14 塩分相当量: 3
8月6日(火)	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【キャベツの煮物】 葉わさび漬【みかん缶】 牛乳	御飯 ダルマダイの磯辺焼き のっぺい汁 大根サラダ 白桃ようかん【いちごムース】	御飯  牛肉の甘辛煮 ビーフソテー トマトのマリネ 黄金いか【たいみそ】
	エネルギー: 513 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 550 蛋白質: 24 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 603 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量: 2
8月7日(水) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【冬瓜の煮物】 味付のり【のり佃】 牛乳	御飯 エビフライ アスパラのソテー 白菜の即席漬 コーヒーゼリー	御飯 豚肉の生姜焼き ポテトの煮物 レタスレモン醤油和え しば漬【キウイ】
	エネルギー: 491 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 673 蛋白質: 18 脂質: 23 塩分相当量: 2	エネルギー: 519 蛋白質: 20 脂質: 11 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。