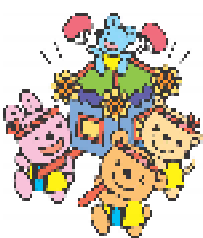
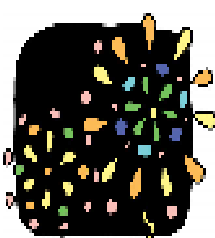


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
8月8日(木) 	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 しその実わかめ【うめびしお】 牛乳	御飯 鶏肉のカレー焼き うの花炒り【切干大根の煮物】 コールスローサラダ デラウェア【ぶどうゼリー】	御飯 鯖の塩焼き 南瓜のスープ煮 ところてんの酢醤油かけ 山菜佃煮【ビワ缶】 
	エネルギー: 545 蛋白質: 19 脂質: 10 塩分相当量: 4	エネルギー: 615 蛋白質: 22 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 577 蛋白質: 23 脂質: 15 塩分相当量: 2
8月9日(金)	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【人参の金平】 のり豆【ポテトサラダ】 牛乳	御飯 プルコギ ブロッコリーのカニあんかけ 胡瓜の梅肉和え フルーツポンチ 	御飯 鮭のクリームソースかけ えのきの金平【キャベツの中華炒め】 白菜の甘酢和え らっきょう【ふりかけ】
	エネルギー: 538 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 605 蛋白質: 21 脂質: 15 塩分相当量: 2	エネルギー: 548 蛋白質: 26 脂質: 13 塩分相当量: 2
8月10日(土)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 菜公【洋梨缶】 牛乳	御飯 赤魚の昆布煮 豆腐とトマトの炒め物 ポテトのたらこマヨネーズあえ ももゼリー	御飯 豚しゃぶ マカロニソテー チンゲン菜のポン酢和え ゆずみそ
	エネルギー: 538 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 635 蛋白質: 28 脂質: 14 塩分相当量: 3	エネルギー: 557 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2
8月11日(日) 	胚芽ロールパン コーンポタージュ ツナサラダ ピーチゼリー 牛乳	御飯 鶏肉の治部煮 リヨネーズポテト【ポトフ】 カリフラワーのサラダ 桜漬【昆布佃煮】	御飯 タラのうに焼き キャベツのしそ炒め 胡瓜の辛子和え オレンジ【オレンジゼリー】
	エネルギー: 549 蛋白質: 20 脂質: 15 塩分相当量: 3	エネルギー: 627 蛋白質: 21 脂質: 19 塩分相当量: 3	エネルギー: 473 蛋白質: 23 脂質: 5 塩分相当量: 2
8月12日(月) 	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 しその実漬【しその実漬ペースト】 牛乳	御飯 ダルマダイの味噌マヨネーズ焼き ふきのまさご煮【長芋の煮物】 ほうれん草のおひたし レアクリーム杏仁	御飯 ミートローフ 白菜の中華煮 胡瓜の和え物 しそ昆布【黄桃缶】 
	エネルギー: 497 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 657 蛋白質: 29 脂質: 20 塩分相当量: 3	エネルギー: 535 蛋白質: 21 脂質: 13 塩分相当量: 3
8月13日(火) 	麦飯 味噌汁 茄子の炒め煮 甘口たらこ【ビワ缶】 牛乳	とろろそば おむすび 五目煮豆 和菓子【和風プリン】	御飯 牛肉のしぐれ煮 ピーマンの炒め物 トマトのおろし和え バナナ【バナナムース】
	エネルギー: 539 蛋白質: 22 脂質: 9 塩分相当量: 4	エネルギー: 578 蛋白質: 23 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 579 蛋白質: 19 脂質: 13 塩分相当量: 2
8月14日(水) 	麦飯 味噌汁 ひじきの炒め煮 しそ昆布【たくあんペースト】 牛乳	ちらし寿司 赤魚の野菜あんかけ 清汁 ブロッコリーのごまだれかけ 栗のムースケーキ	御飯 マーボー豆腐 白菜の中華煮 パンプキンサラダ たくあん【昆布佃煮】 
	エネルギー: 482 蛋白質: 16 脂質: 6 塩分相当量: 4	エネルギー: 556 蛋白質: 25 脂質: 11 塩分相当量: 4	エネルギー: 638 蛋白質: 23 脂質: 21 塩分相当量: 3

*【 】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。