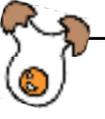
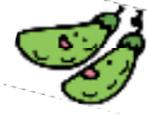
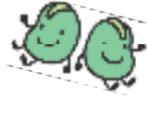


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月22日(木) 	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 菜公【ふりかけ】 牛乳 	御飯 ダルマダイの煮付 マカロニソテー ほうれん草ごま和え【ほうれん草和え物】 黒糖蒸しケーキ【黒蜜ゼリー】	御飯 ふくさ焼き れんこんの甘辛煮【チンゲン菜の煮物】 トマトのおろし和え うめびしお 
	エネルギー: 525 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 633 蛋白質: 27 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 567 蛋白質: 23 脂質: 13 塩分相当量: 4
5月23日(金)	麦飯 味噌汁 かんぴょうの煮物 のり豆【のり佃】 牛乳 	御飯 回鍋肉(ホイコーロー) さつま芋のレモン煮 白菜の中華和え らっきょう【みかん缶】	御飯 サーモンステーキ もやしとにらのかか炒め【南瓜の煮物】 胡瓜の梅肉あえ ビワ缶  
	エネルギー: 522 蛋白質: 19 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 601 蛋白質: 23 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 542 蛋白質: 26 脂質: 10 塩分相当量: 1
5月24日(土)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 奈良漬【昆布ちりめん】 牛乳	御飯 穴子のかば焼【白身魚のかば焼】 清汁 胡瓜の香り和え コーヒーゼリー 	御飯 鶏肉の炊き合わせ 筍の中華炒め【春雨の中華炒め】 ハムサラダ うにくらげ【うぐいす豆】
	エネルギー: 557 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 566 蛋白質: 22 脂質: 14 塩分相当量: 3	エネルギー: 533 蛋白質: 21 脂質: 14 塩分相当量: 4
5月25日(日) 	ミニデニッシュパン クリームスープ【オニオンスープ】 大根サラダ ピーチゼリー グレープジュース 	御飯 プルコギ 大豆の煮物 胡瓜の甘酢和え べったら漬【ふりかけ】	御飯 鮭の粕漬け焼き ふきのまさご煮【ポテトの煮物】 ごぼうサラダ【キャベツサラダ】 京わかめ【洋梨缶】 
	エネルギー: 602 蛋白質: 11 脂質: 25 塩分相当量: 3	エネルギー: 588 蛋白質: 24 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 537 蛋白質: 27 脂質: 10 塩分相当量: 3
5月26日(月)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【人参の金平】 ちりめん山椒【昆布佃煮】 牛乳	御飯 鱈の焼き浸し かき卵汁 里芋の煮物 チーズケーキ【ヨーグルト】 	御飯 豚肉の生姜焼き 白菜のスープ煮 焼き茄子 バナナ【バナナムース】 
	エネルギー: 520 蛋白質: 18 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 643 蛋白質: 26 脂質: 16 塩分相当量: 3	エネルギー: 548 蛋白質: 23 脂質: 10 塩分相当量: 2
5月27日(火)	麦飯 味噌汁 ひじきの煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳 	御飯 鶏肉の照焼き けんちょう アスパラサラダ【胡瓜サラダ】 キウイフルーツ【パインゼリー】 	御飯 白身魚の朝鮮焼き 三色ソテー ほうれん草の菜種和え しそわかめ【のり佃】 
	エネルギー: 494 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 5	エネルギー: 633 蛋白質: 24 脂質: 22 塩分相当量: 2	エネルギー: 562 蛋白質: 28 脂質: 15 塩分相当量: 3
5月28日(水) 	麦飯 味噌汁 なすの炒め煮 のり佃煮 牛乳 	御飯 エビフライ キャベツのしそ炒め おくらの酢の物【冷奴】 杏仁豆腐 	御飯 豚肉とわかめの炒め物 うの花炒り【いんげんの煮物】 胡瓜の酢の物 福神漬(無着色)【ビワ缶】 
	エネルギー: 482 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 629 蛋白質: 16 脂質: 20 塩分相当量: 2	エネルギー: 552 蛋白質: 21 脂質: 12 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。