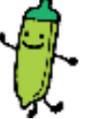
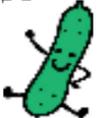
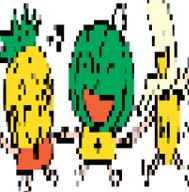


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
8月28日(木) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 しば漬【白桃缶】 牛乳 	御飯 蒸し魚の梅肉ソースかけ いんげんのかか煮 アスパラサラダ【カリフラワーサラダ】 プチホットケーキ【杏仁ゼリー】	御飯 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草のソテー 胡瓜の甘酢和え 山菜佃煮【ゆずみそ】 
	エネルギー: 501 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 4	エネルギー: 615 蛋白質: 27 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 546 蛋白質: 21 脂質: 17 塩分相当量: 2
8月29日(金)	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳	瓦そば おむすび パンプキンサラダ コーヒーゼリー	御飯 鰯のごま焼【鰯の照焼】 ふきの煮物【ポテトの煮物】 卵豆腐 うにくらげ【金時豆】 
	エネルギー: 497 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 626 蛋白質: 19 脂質: 22 塩分相当量: 3	エネルギー: 548 蛋白質: 31 脂質: 11 塩分相当量: 5
8月30日(土)	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 しそわかめ【のり佃】 牛乳 	御飯 鮭の香味ソースかけ 高野豆腐の煮物 白菜のゆかり和え バナナ【バナナムース】	御飯 牛肉ときのこのバター醤油炒め さつま芋と昆布の煮物 おくらの和え物【胡瓜のおかか和え】 ちりめん山椒【りんご缶】
	エネルギー: 530 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 566 蛋白質: 28 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 604 蛋白質: 22 脂質: 15 塩分相当量: 3
8月31日(日) 	クロワッサン コーンポタージュ レタスサラダ【大根サラダ】 さくらんぼゼリー 牛乳	御飯 マーボー豆腐 えのきの中華炒め【白菜の中華炒め】 胡瓜の酢の物 甘夏缶【パインゼリー】 	御飯 カラスカレイのムニエル にんにくの芽炒め【いんげんソテー】 キャベツのくるみ和え 京わかめ【昆布ちりめん】
	エネルギー: 570 蛋白質: 17 脂質: 27 塩分相当量: 3	エネルギー: 582 蛋白質: 22 脂質: 15 塩分相当量: 2	エネルギー: 550 蛋白質: 25 脂質: 13 塩分相当量: 2
9月1日(月)	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 のり豆【南瓜サラダ】 牛乳 	赤飯 白身魚の生姜焼き 清汁 白菜の中華和え 白桃ようかん【洋梨ゼリー】	御飯 鶏肉のパプリカ風味焼き けんちょう キャベツの磯辺和え オレンジ【オレンジゼリー】 
	エネルギー: 529 蛋白質: 19 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 557 蛋白質: 33 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 581 蛋白質: 21 脂質: 16 塩分相当量: 2
9月2日(火)	麦飯 味噌汁 焼豆腐の煮物 葉わさび漬【黄桃缶】 牛乳 	御飯 豚肉のしそ炒め チンゲン菜の中華煮 胡瓜の酢の物 ティラミス【コーヒーゼリー】	御飯 赤魚の煮付け アスパラのソテー【ピーマンソテー】 カリフラワーのサラダ ゆずみそ 
	エネルギー: 537 蛋白質: 19 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 601 蛋白質: 25 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 530 蛋白質: 22 脂質: 12 塩分相当量: 2
9月3日(水) 	麦飯 味噌汁 ひじきの炒め煮 菜公【ふりかけ】 牛乳 	御飯 鱈の西京焼き リヨネーズポテト【ポトフ】 冷奴 昆布ちりめん【昆布佃煮】 	御飯 牛肉のトマトソース煮 もやしのかか炒め【白菜のかか煮】 コールスローサラダ べったら漬【黄桃缶】 
	エネルギー: 485 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 622 蛋白質: 30 脂質: 16 塩分相当量: 2	エネルギー: 596 蛋白質: 22 脂質: 19 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。