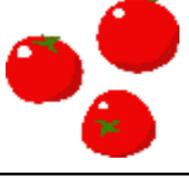


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月21日(木) 	麦飯 味噌汁 切干大根の炒め煮 桜漬【洋梨缶】 牛乳 エネルギー: 510 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 3	御飯 エビフライ 蓮根としめじの甘辛炒め【いんげんの煮物】 トマトのおろし和え 梅ちりめん【昆布ちりめん】  エネルギー: 640 蛋白質: 18 脂質: 18 塩分相当量: 3	御飯 鶏肉のパプリカ風味焼き ブロッコリーのクリーム煮 白菜のゆかり和え キウイフルーツ【ももゼリー】 エネルギー: 592 蛋白質: 23 脂質: 18 塩分相当量: 2
5月22日(金) 	麦飯 味噌汁 白菜の煮物 甘口たらこ【ポテトサラダ】 牛乳 エネルギー: 501 蛋白質: 22 脂質: 8 塩分相当量: 4	御飯 焼肉 わかめスープ ゆずきのこ酢の物【胡瓜の酢の物】 レアクリーム杏仁 エネルギー: 605 蛋白質: 20 脂質: 16 塩分相当量: 2	御飯 ダルマダイののきのこあんかけ ビーフンソテー レタスレモン醤油和え 金時芋  エネルギー: 595 蛋白質: 26 脂質: 11 塩分相当量: 2
5月23日(土)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【大根の煮物】 野沢菜ちりめん【しそわかめ】 牛乳 エネルギー: 503 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	御飯 鮭の香味ソースかけ 南瓜のスープ煮 白菜のポン酢和え 山菜佃煮【昆布佃煮】  エネルギー: 553 蛋白質: 26 脂質: 11 塩分相当量: 2	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め 長芋の煮物 胡瓜の香り和え ビワ缶 エネルギー: 606 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 3
5月24日(日) 	ロールパン コンソメスープ キャベツサラダ プリン カフェオレ  エネルギー: 567 蛋白質: 15 脂質: 25 塩分相当量: 2	御飯 鶏肉の照り焼き ふきの煮物【茄子の煮物】 春雨の酢の物 たいみそ エネルギー: 602 蛋白質: 21 脂質: 17 塩分相当量: 3	御飯 カラスカレイのオーロラソースかけ いんげんの炒め物 大根サラダ 鉄火らっきょう【うぐいす豆】 エネルギー: 489 蛋白質: 22 脂質: 10 塩分相当量: 2
5月25日(月)	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 葉わさび漬【白桃缶】 牛乳 エネルギー: 540 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	中華丼 もずくスープ ごぼうサラダ【キャベツサラダ】 南瓜プリン  エネルギー: 682 蛋白質: 18 脂質: 27 塩分相当量: 3	御飯 白身魚の昆布煮 リヨネーズポテト【ポトフ】 胡瓜ナムル 京わかめ【ふりかけ】 エネルギー: 498 蛋白質: 23 脂質: 8 塩分相当量: 2
5月26日(火)	麦飯 味噌汁 こんにゃくの煮物【人参の金平】 うめびしお 牛乳  エネルギー: 504 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 4	御飯 牛肉の甘辛煮 ピーマンのソテー 新玉葱の土佐酢和え キウイフルーツ【パインゼリー】 エネルギー: 634 蛋白質: 22 脂質: 20 塩分相当量: 1	御飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き 里芋の煮物 白菜の中華和え 子持昆布【めかぶ佃煮】 エネルギー: 549 蛋白質: 27 脂質: 11 塩分相当量: 3
5月27日(水) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 刻みたくあん【昆布ちりめん】 牛乳  エネルギー: 511 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	御飯 白身魚のクリームソースかけ えのき中華炒め【チンゲン菜の中華炒め】 冷奴 蒸しケーキ【はちみつレモンゼリー】 エネルギー: 636 蛋白質: 30 脂質: 15 塩分相当量: 2	御飯 豚しゃぶ さつま芋と昆布の煮物 胡瓜の和え物 山川漬【みかん缶】  エネルギー: 564 蛋白質: 21 脂質: 9 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。