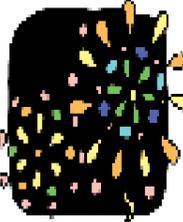


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
8月27日(木) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 しば漬【洋梨缶】 牛乳	御飯 白身魚の梅肉ソースかけ 長芋の煮物 キャベツサラダ 原宿ドック	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: 498 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 644 蛋白質: 26 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28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 鰹のごま焼【鰹の照焼】 ふきの煮物【ポテトの煮物】 卵豆腐 うにくらげ【ピワ缶】
	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29日(土)	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 しそわかめ 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 さつま芋と切り昆布の煮物 おくらの和え物【胡瓜のおかか和え】 ちりめん山椒【白桃缶】
	エネルギー: 530 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 575 蛋白質: 29 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30日(日)	デニッシュパン わかめスープ レタスサラダ【大根サラダ】 レモンムース ブレンドコーヒー	御飯 マーボー豆腐 えのきの中華炒め 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】 キャベツのピーナツ和え 金時豆
	エネルギー: 528 蛋白質: 9 脂質: 26 塩分相当量: 2	エネルギー: 595 蛋白質: 22 脂質: 16 塩分相当量: 2	エネルギー: 591 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 2
8月31日(月)	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【割干大根の煮物】 菜公【ふりかけ】 牛乳	御飯 白身魚の西京焼き リヨネーズポテト【ポトフ】 冷奴 昆布ちりめん【めかぶ佃煮】	御飯 鶏肉の柚庵焼 白菜の煮浸し 胡瓜の和え物 べったら漬【りんご缶】 
	エネルギー: 494 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 626 蛋白質: 29 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 536 蛋白質: 21 脂質: 13 塩分相当量: 3
9月1日(火)	麦飯 味噌汁 ひじきの煮物 うめびしお 牛乳 	赤飯 牛肉のおろし煮 清汁 ゆずきのこ酢の物【白菜の酢の物】 奈良漬【キウイ】	御飯 白身魚の生姜焼き カリフラワーの華風煮 シーザーサラダ しそ昆布【ゆずみそ】
	エネルギー: 530 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 620 蛋白質: 30 脂質: 16 塩分相当量: 4	エネルギー: 569 蛋白質: 26 脂質: 18 塩分相当量: 3
9月2日(水)	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【茄子の煮物】 山川漬【卵ロール】 牛乳	御飯 白身魚のクリームソースかけ 南瓜の煮物 もやしのナムル【胡瓜のナムル】 梨【ラフランスゼリー】	御飯 回鍋肉(ホイコーロー) けんちょう ポテトたらこマヨネーズあえ のり佃 
	エネルギー: 481 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 631 蛋白質: 28 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 607 蛋白質: 21 脂質: 18 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。