脂質: 6 <b>9月18日(金)</b> 表験 家味がんもの煮物 桜	蛋白質: 15 塩分相当量:3 蛋白質: 18 塩分相当量:3	アスパラどう エネルギー: 663 脂質: 20 御飯のピカタ かけフラフーグ エネルギー: 527 脂質: 7	選付リー】  田学の煮物】  「女」の煮物】  「女」のがでした。  「ないからがした。」  「ないからいた。」  「ないからいないからいた。」  「ないからいないからいないからいないからいないからいないないないないないないないな	夕 食 御飯 ダルマダイの西京焼き ポトフ 春雨の酢の物 しそ昆布【めかぶ佃煮】 エネルギー: 587 蛋白質: 27 脂質: 14 塩分相当量: 3 御飯 鯖の煮付け ピーマンソテー ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】 エネルギー: 520 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
9月17日(木) は 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	蛋白質: 15 塩分相当量:3 蛋白質: 18 塩分相当量:3	もツ栗 x 脂御エごア巨 x 脂御たなカア x ま 脂御エごア巨 x 脂御たなカア スラー 1	選付リー】  田学の煮物】  「女」の煮物】  「女」のがでした。  「ないからがした。」  「ないからいた。」  「ないからいないからいた。」  「ないからいないからいないからいないからいないからいないないないないないないないな	ダルマダイの西京焼きポトフ春雨の酢の物しそ昆布【めかぶ佃煮】
いっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱっぱ	蛋白質: 15 塩分相当量:3 蛋白質: 18 塩分相当量:3	ツ栗 「ネ脂御エごア巨 「ネ脂御たなカア 「ネ脂」の 「	選付リー】  田学の煮物】  「女」の煮物】  「女」のがでした。  「ないからがした。」  「ないからいた。」  「ないからいないからいた。」  「ないからいないからいないからいないからいないからいないないないないないないないな	ポトフ 春雨の酢の物 しそ昆布【めかぶ佃煮】
マストー (本)	蛋白質: 15 塩分相当量:3 蛋白質: 18 塩分相当量:3	平のムース 「1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	蛋白質: 17 塩分相当量:3 が【里芋の煮物】 が【胡瓜サラダ】 ゼリー】 蛋白質: 17 塩分相当量:2	本の酢の酢の物しそ昆布【めかぶ佃煮】     エネルキー: 587 蛋白質: 27   脂質: 14 塩分相当量: 3   御飯   橋の煮付け   ピーマンソテー   ほうれん草ナムル   山菜佃煮【ゆずみそ】    エネルギー: 520 蛋白質: 22   脂質: 13 塩分相当量: 2   御飯   青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え   甘夏缶【みかんゼリー】
牛乳牛乳エネルキー: 466 脂質: 麦味が桜牛 ガス漬乳麦味が桜牛 エネルキー: 506 脂質: 109月19日(土)麦味・豆胡牛 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	蛋白質: 15 塩分相当量:3 蛋白質: 18 塩分相当量:3	エネルギー: 626 脂質 (	蛋白質: 17 塩分相当量:3 が【里芋の煮物】 が【胡瓜サラダ】 ゼリー】 蛋白質: 17 塩分相当量:2	しそ昆布【めかぶ佃煮】
コネルギー: 466 脂質: 6 9月18日(金) 9月18日(金) マネルギー: 506 脂麦味が後乳 エネルギー: 506 脂麦酸噌 カムご 10 9月19日(土) マネルギー: 536 脂質: 10 アネルギー: 536 脂質: 10 アネルギー: 536 脂プロワッツカンソ	塩分相当量:3  蛋白質: 18 塩分相当量:3  ロール】  蛋白質: 20 塩分相当量:3	脂質: 23 御エごア巨 エネルギ: のののランエ 1 527 脂質 20 エネルギ: 663 のののラコ ピ煮ワー 527 脂質: 7	塩分相当量:3  M【里芋の煮物】 が 【胡瓜サラダ】 ゼリー】  蛋白質: 17 塩分相当量:2  酢の物 ルト  蛋白質: 26	エネルギー: 587 蛋白質: 27 脂質: 14 塩分相当量: 3 御飯 鯖の煮付け ピーマンソテー ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】 エネルギー: 520 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
1ネルギー: 466   指質: 6   1   1   1   1   1   1   1   1   1	塩分相当量:3  蛋白質: 18 塩分相当量:3  ロール】  蛋白質: 20 塩分相当量:3	脂質: 23 御エごア巨 エネルギ: のののランエ 1 527 脂質 20 エネルギ: 663 のののラコ ピ煮ワー 527 脂質: 7	塩分相当量:3  M【里芋の煮物】 が 【胡瓜サラダ】 ゼリー】  蛋白質: 17 塩分相当量:2  酢の物 ルト  蛋白質: 26	脂質: 14 塩分相当量: 3 御飯 鯖の煮付け ピーマンソテー ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】  エネルギー: 520 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
1ネルギー: 466   指質: 6   1   1   1   1   1   1   1   1   1	塩分相当量:3  蛋白質: 18 塩分相当量:3  ロール】  蛋白質: 20 塩分相当量:3	脂質: 23 御エごア巨 エネルギ: のののランエ 1 527 脂質 20 エネルギ: 663 のののラコ ピ煮ワー 527 脂質: 7	塩分相当量:3  M【里芋の煮物】 が 【胡瓜サラダ】 ゼリー】  蛋白質: 17 塩分相当量:2  酢の物 ルト  蛋白質: 26	脂質: 14 塩分相当量: 3 御飯 鯖の煮付け ピーマンソテー ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】  エネルギー: 520 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
9月18日(金) 表験	】 蛋白質: 18 塩分相当量:3 ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	御エごア巨 エネルギー 663 脂が 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	が【里芋の煮物】 が【胡瓜サラダ】 ゼリー】 蛋白質: 17 塩分相当量:2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	御飯 鯖の煮付け ピーマンソテー ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】 エネルギー: 520 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
9月18日(金) 味噌汁がんもの煮物 桜漬【りんご缶 キ乳	蛋白質: 18 塩分相当量:3 ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	エビフラのランド 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	が ばリー】 蛋白質: 17 塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	鯖の煮付けピーマンソテー ほうれん草ナムル山菜佃煮【ゆずみそ】
9月18日(金) 味噌汁がんもの煮物 桜漬【りんご缶 エネルギー: 506 脂質: 10 9月19日(土) 表喩 計のとう 環ののとう は中乳 に対している。 エネルギー: 536 脂質: 10 9月20日(日) クロワッサンフィーオンコンソ	蛋白質: 18 塩分相当量:3 ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	エビフラのランド 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	が ばリー】 蛋白質: 17 塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	鯖の煮付けピーマンソテー ほうれん草ナムル山菜佃煮【ゆずみそ】
がんもの煮物 桜漬【りんご缶 エネルギー: 506 脂質: 10 9月19日(土) 東宮 東宮 中のよう 中のよう サラット エネルギー: 536 脂質: 10 クロワッサン オニオンコンソ	蛋白質: 18 塩分相当量:3 ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	ごぼうの 素サラ でスパ にはいる にはい にはいる にはい にはいる にはいる にはいる にはいる にはいる にはいる にはいる にはいる にはいる にはいる には	が ばリー】 蛋白質: 17 塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	ピーマンソテー ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】
桜漬【りんご缶 ・中乳桜漬【りんご缶 ・エネルギー: 506 ・脂質: 109月19日(土)麦飯 ・味腐の生姜煮 ・おんう ・おりた。 ・エネルギー: 536 ・脂質: 109月20日(日)クロワッサン オニオンコンソ	蛋白質: 18 塩分相当量:3 ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	アスパラどう エネルギー: 663 脂質: 20 御飯のピカタ かけフラフーグ エネルギー: 527 脂質: 7	が ばリー】 蛋白質: 17 塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	ほうれん草ナムル 山菜佃煮【ゆずみそ】
牛乳エネルキー: 506 脂質: 109月19日(土)麦飯 味噌汁 豆腐の生姜煮 胡ちゃん漬【卵牛乳エネルキー: 536 脂質: 109月20日(日)クロワッサン オニオンコンソ	蛋白質: 18 塩分相当量:3 ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	巨峰【ぶどう エネルギー: 663 脂質: 20 御飯 たらのピカタ なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	ぜリー】  蛋白質: 17 塩分相当量: 2  酢の物 ルト  蛋白質: 26	山菜佃煮【ゆずみそ】
9月19日(土)麦飯 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	塩分相当量:3  ロール  蛋白質: 20 塩分相当量:3	エネルキー: 663 脂質: 20 御飯 たらのピカタ なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	蛋白質: 17 塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	エネルキー: 520 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
9月19日(土)表飯 実験 味噌汁 豆腐の生姜煮 胡ちゃん漬【卵牛乳エネルギー: 536 脂質: 109月20日(日)クロワッサン オニオンコンソ	塩分相当量:3  ロール  蛋白質: 20 塩分相当量:3	脂質: 20 御飯 たらのピカタ なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
9月19日(土)表飯 実験 味噌汁 豆腐の生姜煮 胡ちゃん漬【卵牛乳エネルギー: 536 脂質: 109月20日(日)クロワッサン オニオンコンソ	塩分相当量:3  ロール  蛋白質: 20 塩分相当量:3	脂質: 20 御飯 たらのピカタ なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	塩分相当量: 2 酢の物 ルト 蛋白質: 26	脂質: 13 塩分相当量: 2 御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
9月19日(土)麦飯 味噌汁 豆腐の生姜煮 胡ちゃん漬【卵牛乳エネルキー: 536 脂質: 109月20日(日)クロワッサン オニオンコンソ	ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	御飯 たらのピカタ なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	酢の物 ルト 蛋白質: 26	御飯 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
明月19日(エ) 味噌汁 豆腐の生姜煮 胡ちゃん漬【卵 牛乳 エネルキー: 536 脂質: 10 タ月20日(日) クロワッサン オニオンコンソ	ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	たらのピカタ なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	酢の物 ルト 蛋白質: 26	青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
味噌汁 豆腐の生姜煮 胡ちゃん漬【卵 牛乳 エネルキー: 536 脂質: 10 クロワッサン オニオンコンソ	ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	なすの煮物 カリフラワー アロエヨーグ エネルギー: 527 脂質: 7	酢の物 ルト 蛋白質: 26	蓮根の甘辛炒め【切干大根の煮物】 キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
胡ちゃん漬【卵牛乳 エネルギー: 536 脂質: 10 9月20日(日) クロワッサン オニオンコンソ	ロール】 蛋白質: 20 塩分相当量:3	カリフラワー アロエヨーグ エネルキー: 527 脂質: 7	蛋白質: 26	キャベツのくるみ和え 甘夏缶【みかんゼリー】
牛乳エネルキー: 536 脂質: 109月20日(日)オニオンコンソ	蛋白質: 20 塩分相当量:3	アロエヨーグ エネルキー: 527 脂質: 7	蛋白質: 26	甘夏缶【みかんゼリー】
エネルキー: 536 脂質: 109月20日(日)クロワッサン オニオンコンソ	塩分相当量:3	エネルキ´ー: 527 脂質: 7	蛋白質: 26	
脂質: 10 9月20日(日) クロワッサン オニオンコンソ	塩分相当量:3	脂質: 7		エカルキ* 505 延点版 00
脂質: 10 9月20日(日) クロワッサン オニオンコンソ	塩分相当量:3	脂質: 7		
9月20日(日) オニオンコンソ				エネルキー: 595 蛋白質: 20
9月20日(日) オニオンコンソ			塩分相当量:2	脂質: 16 塩分相当量: 2
オーオンコンソ	. 0	御飯	11 -2 42	御飯
	メスープ	豚肉とわかぬ	かの炒め物	カラスカレイのトマトソースかけ
ツナサラダ	_	里芋の煮物		けんちょう
アセロラゼリー		ブロッコリー(	のドレッシングあえ	白菜の磯辺和え
牛乳	11 11	黒豆		葉わさび漬【黄桃缶】
CV E				
エネルキー: 516	蛋白質: 15	エネルキ゛ー: 645	蛋白質: 29	エネルキー: 506 蛋白質: 24
脂質: 23	塩分相当量:2	脂質: 18	塩分相当量:2	脂質: 8 塩分相当量: 3
9月21日(月) 麦飯		混ぜごはん		御飯
<sup>9月21日(月)</sup>  味噌汁		赤魚の天ぷん	ò	鶏肉の治部煮
敬老の日 こんにゃくの炒め煮	煮【白菜の煮物】	すまし汁		にんにくの芽炒め【チンゲン菜ソテー】
味付のり【のり	佃】	胡瓜の利久あ	らえ	卵豆腐
牛乳		和菓子【和風	<b>lプリン】</b>	京わかめ【うめびしお】
			· <del>-</del>	
	蛋白質: 16	エネルキ゛ー: 640		エネルキー: 628 蛋白質: 27
	塩分相当量:3	脂質: 12	塩分相当量:4	脂質: 21 塩分相当量: 4
<b>寿</b> 飯		御飯		御飯
9月22日(火)		はんぺんの	卵とじ	キンメダイの味噌煮
ちくわの金平【いん	しげんの甘辛者】		かの【チンゲン菜煮浸し】	三色ソテー
のり豆【抹茶ム		胡瓜の和え物		白菜のゆかり和え
4乳	• • • •		ッ いめ【めかぶ佃煮】	金時芋
1 30			, «У <b>Г</b> «У/» (У/Щ/ЖД	
	蛋白質: 20	エネルキ <sup>*</sup> ー: 552		
	塩分相当量:3	指質: 11	塩分相当量:4	脂質: 16 塩分相当量: 3
<b>寿</b> 飯	- 一川 コ里・マ	二色おはぎ	- 四八日 二 里・丁	御飯
9月23日(水)		一色のほと	者	  鮭の粕漬け焼き
秋分の日 厚焼き卵		病内のロギ?  清汁	vitt.	なすの煮物
	t) 4.4	_	<b>1</b> π >	「はすの魚物」でぼうサラダ【キャベツサラダ】
甘口たらこ【み)	い、心中】	トマトのおろし  利【ニコニシュ	_	
牛乳		梨【ラフラン <i>フ</i> 	ヘセリー】	菜公【ビワ缶】
	平人后 22		교수등 oo	
	蛋白質: 29	エネルキ <sup>*</sup> ー: 542	蛋白質: 26	エネルキー: 560 蛋白質: 27
	塩分相当量:4	脂質: 12	塩分相当量:3 ごを得ず、献立を変更する場合が	脂質: 10 塩分相当量: 3