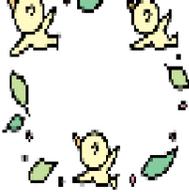


# メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
4月28日(木)	麦飯 味噌汁 卵焼き 山菜佃煮【白桃缶】 牛乳 	御飯 鶏肉の酢醤油煮 大豆の煮物 胡瓜の酢の物 りんご【りんごゼリー】	御飯 白身魚の粕漬焼き うの花炒り【茄子の炒め煮】 トマトサラダ 菜公【ふりかけ】 
	エネルギー: 548 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 3	エネルギー: 583 蛋白質: 25 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 580 蛋白質: 26 脂質: 14 塩分相当量: 3
4月29日(金) <b>昭和の日</b> 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【煮豆】 しその実わかめ【うめびしお】 牛乳	御飯 焼肉 白菜の中華煮 とろろ芋 黒糖蒸しケーキ【きなこムース】	御飯 赤魚の南部焼【赤魚の照焼】 野菜の卵とじ ところてんの酢醤油かけ うにくらげ【洋梨缶】
	エネルギー: 502 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 647 蛋白質: 23 脂質: 16 塩分相当量: 1	エネルギー: 528 蛋白質: 27 脂質: 12 塩分相当量: 4
4月30日(土)	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 のり豆【ビワ缶】 牛乳 	御飯 赤魚の野菜あんかけ 雷汁 チンゲン菜のくるみ和え キウイフルーツ【パインゼリー】	御飯 肉団子のスープ煮 ビーフソテー パンプキンサラダ 菜公【のり佃】 
	エネルギー: 527 蛋白質: 19 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 523 蛋白質: 23 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 619 蛋白質: 16 脂質: 18 塩分相当量: 2
5月1日(日) 	クロワッサン トマトコンソメスープ ポテトサラダ ラフランスゼリー 牛乳	赤飯 豚肉のごま焼【豚肉の照焼】 かき卵汁 キャベツの酢の物 奈良漬【黄桃缶】 	御飯 キンメダイの昆布煮 チンゲン菜の中華炒め ごぼうサラダ【胡瓜のサラダ】 福神漬【りんご缶】
	エネルギー: 602 蛋白質: 15 脂質: 30 塩分相当量: 2	エネルギー: 533 蛋白質: 26 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 540 蛋白質: 24 脂質: 13 塩分相当量: 3
5月2日(月)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【ひじきの炒め煮】 桜漬【甘夏缶】 牛乳	御飯 鯖の塩焼き 煮しめ【里芋の煮物】 ブロッコリーのおかか和え バナナ【バナナムース】	御飯 牛肉のトマトソース煮 えのきの中華炒め【白菜の中華炒め】 レタスサラダ【カリフラワーサラダ】 ゆずみそ
	エネルギー: 511 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 593 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 604 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量: 3
5月3日(火) <b>憲法記念日</b> 	麦飯 味噌汁 かんぴょうの煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳	豆御飯 豚肉の甘酢あんからめ 清汁 胡瓜のサラダ 苺ムースケーキ【いちごムース】	御飯 鯖のおろし煮 キャベツのカレーソテー シーザーサラダ 甘口たらこ【うぐいす豆】 
	エネルギー: 473 蛋白質: 15 脂質: 5 塩分相当量: 4	エネルギー: 591 蛋白質: 25 脂質: 19 塩分相当量: 4	エネルギー: 608 蛋白質: 30 脂質: 19 塩分相当量: 3
5月4日(水) <b>みどりの日</b> 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 味付のり【のり佃】 牛乳 	御飯 カラスカレイの西京焼き 五目煮豆 キャベツサラダ いちご【木苺ゼリー】	御飯 肉豆腐 きのことソテー【ピーマンソテー】 チンゲン菜のピーナツ和え 胡ちゃん漬【キウイ】
	エネルギー: 501 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 567 蛋白質: 29 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 587 蛋白質: 22 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。