


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
8月24日(木) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【人参の金平】 葉わさび漬【昆布佃煮】 牛乳	御飯 白身魚の梅肉ソースかけ ほうれん草のソテー 胡瓜の中華和え ミルクゼリー 	御飯 鶏肉のパプリカ風味焼 えのきの中華炒め【キャベツの中華炒め】 ブロッコリーのサラダ ちりめん山椒【キウイ・パインゼリー】
	エネルギー: 529 蛋白質: 17 脂質: 5 塩分相当量:0	エネルギー: 631 蛋白質: 32 脂質: 10 塩分相当量:0	エネルギー: 550 蛋白質: 24 脂質: 20 塩分相当量: 0
8月25日(金)	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【がんもの煮物】 山川漬【卵ロール】 牛乳 	御飯 焼肉 れんこんの煮物【茄子の煮物】 白菜のポン酢和え 甘夏缶【オレンジゼリー】	御飯 ぶりの照り焼き ポトフ 利久あえ のり佃煮 
	エネルギー: 488 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量:0	エネルギー: 578 蛋白質: 21 脂質: 15 塩分相当量:0	エネルギー: 679 蛋白質: 28 脂質: 22 塩分相当量: 0
8月26日(土) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 甘口たらこ【パンプキンサラダ】 牛乳	御飯 カラスカレイの味噌マヨネーズ焼き アスパラのソテー【いんげんのソテー】 もずくのサラダ【胡瓜サラダ】 バナナ【バナナムース】 	カレーライス 中華スープ レタスのレモン醤油和え【トマトサラダ】 福神漬【びわ缶】
【ふれあい祭】	エネルギー: 530 蛋白質: 23 脂質: 14 塩分相当量:0	エネルギー: 583 蛋白質: 23 脂質: 19 塩分相当量:0	エネルギー: 596 蛋白質: 16 脂質: 12 塩分相当量: 0
8月27日(日)	クロワッサン コンソメスープ 胡瓜とツナのサラダ りんごゼリー 牛乳 	御飯 たらことチーズの卵焼き 南瓜の煮物 ブロッコリーのくるみ和え 菊水漬【白桃缶】	御飯 肉豆腐 キャベツのソテー ごぼうサラダ【胡瓜のサラダ】 ゆずみそ 
	エネルギー: 492 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量:0	エネルギー: 579 蛋白質: 20 脂質: 14 塩分相当量:0	エネルギー: 646 蛋白質: 21 脂質: 16 塩分相当量: 0
8月28日(月) 	麦飯 味噌汁 しらたきの炒め煮【切干大根の炒め煮】 のり佃煮 牛乳	御飯 鱈の焼き浸し ワンタンスープ 五目煮豆 オレンジ【オレンジゼリー】 	御飯 鶏肉の照り焼き 華風煮 コールスローサラダ 奈良漬【しそわかめ・しその実ペースト】
	エネルギー: 543 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量:0	エネルギー: 593 蛋白質: 29 脂質: 23 塩分相当量:0	エネルギー: 590 蛋白質: 24 脂質: 20 塩分相当量: 0
8月29日(火)	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 しその実漬【卵ロール・ふりかけ】 牛乳 	中華丼 もずく汁 ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	御飯 白身魚の朝鮮焼き もやしとにらのかか炒め【里芋の煮物】 春雨の酢の物 金時豆 
	エネルギー: 507 蛋白質: 17 脂質: 7 塩分相当量:0	エネルギー: 652 蛋白質: 19 脂質: 14 塩分相当量:0	エネルギー: 538 蛋白質: 25 脂質: 8 塩分相当量: 0
8月30日(水) 	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【なすの煮物】 刻みたくあん【めかぶ佃煮】 牛乳	御飯 サーモンステーキ 肉じゃが おくらの酢の物【白菜の酢の物】 プリン 	御飯 シューマイの辛子醤油かけ ごぼうの煮物【いんげんの煮物】 ほうれん草のナムル たいみそ
	エネルギー: 487 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量:0	エネルギー: 623 蛋白質: 29 脂質: 24 塩分相当量:0	エネルギー: 608 蛋白質: 19 脂質: 13 塩分相当量: 0

*【 】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。