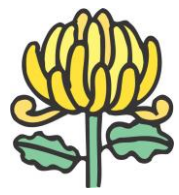
メ　ニ　ュ　ー

	朝　食	昼　食	夕　食
4月26日(木)	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【インゲンの煮物】 梅干し【うめびしお】 牛乳	御飯 鶏肉の照り焼き けんちょう キャベツのごま酢和え 辻利抹茶プリン 	御飯 鮭のｸﾘｰﾑｿｰｽかけ 五目煮豆 もずくサラダ【胡瓜のサラダ】 のり佃煮
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 481 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量 5	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 661 蛋白質: 27 脂質: 20 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 580 蛋白質: 31 脂質: 12 塩分相当量: 2
4月27日(金)	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しその実漬【ふりかけ】 牛乳	御飯 牛肉のカレー焼き 白菜のたらこ炒め 胡瓜のドレッシング和え 桜漬【昆布佃煮】	御飯 さごしの梅煮 マカロニソテー ほうれん草のナムル ビワ缶
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 501 蛋白質: 19 脂質: 9 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 573 蛋白質: 20 脂質: 19 塩分相当量 2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 627 蛋白質: 26 脂質: 15 塩分相当量: 4
4月28日(土)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【なすの煮物】 しそわかめ【卵ロール】 牛乳	御飯 鮭のちゃんちゃん焼 さつま芋の煮物 大根サラダ 昆布ちりめん【パインジュース】	御飯 ふくさ焼き ビーフンソテー 白菜のゆかり和え のり佃煮
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 526 蛋白質: 18 脂質: 9 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 576 蛋白質: 26 脂質: 8 塩分相当量 2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 604 蛋白質: 23 脂質: 17 塩分相当量: 3
4月29日(日)	デニッシュマーブルパン わかめスープ ほうれん草ソテー アセロラゼリー【桃ゼリー】 牛乳	御飯 鶏肉の治部煮 キャベツのしそ風味炒め 山芋とろろ 葉わさび漬【みかん缶】	御飯 カラスカレイのトマトソースかけ リヨネーズポテト【ポトフ】 胡瓜のおかか和え バナナ【バナナムース】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 469 蛋白質: 16 脂質: 10 塩分相当量 2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 600 蛋白質: 23 脂質: 16 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 602 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 2
4月30日(月)	麦飯 味噌汁 大豆の煮物 うめびしお 牛乳	御飯 豚肉と玉ねぎのポン酢炒め 里芋の煮物 キャベツのコールスローサラダ ティラミス【チョコプリン】	御飯 赤魚の煮付 チンゲン菜のソテー もやしのナムル【胡瓜のナムル】 金時豆
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 510 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量 4	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 605 蛋白質: 22 脂質: 16 塩分相当量 2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 585 蛋白質: 27 脂質: 15 塩分相当量: 3
5月1日(火)	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅ちりめん【昆布佃煮】 牛乳	赤飯 ダルマダイの生姜焼き 清汁 ほうれん草の胡麻和え ビワ缶	御飯 マーボー豆腐 ふきの煮物 アスパラのﾋﾞｰﾅﾂ和え【キャベツのﾋﾞｰﾅﾂ和え】 刻みたくあん【たらこふりかけ】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 512 蛋白質: 17 脂質: 6 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 608 蛋白質: 34 脂質: 16 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 552 蛋白質: 21 脂質: 15 塩分相当量: 3
5月2日(水)	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 のり佃煮 牛乳	肉うどん ゆかりおむすび ひじきサラダ【胡瓜のサラダ】 甘夏ゼリー【みかんゼリー】	御飯 白身魚の粕漬焼き ポテトの煮物 胡瓜の甘酢和え 菊水漬【バナナ】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 558 蛋白質: 21 脂質: 12 塩分相当量 3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 539 蛋白質: 13 脂質: 18 塩分相当量 2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 557 蛋白質: 26 脂質: 6 塩分相当量: 4

＊【　　】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。