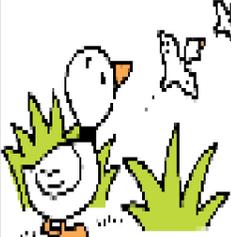


メ ニ ュ ー

4月16日(木) ~ 4月22日(水)

	朝 食	昼 食	夕 食
4月16日(木) 	麦ごはん 味噌汁 しらたき炒め煮【チンゲン菜煮物】 梅干し【うめびしお】 牛乳	ごはん 鮭のクリームソースかけ 里芋のごま煮【里芋の煮物】 キャベツサラダ オレンジ【みかんゼリー】	ごはん 八宝菜 五目煮豆 胡瓜の甘酢和え ゆずみそ 
	エネルギー: 496 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 573 蛋白質: 26 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 610 蛋白質: 19 脂質: 19 塩分相当量: 2
4月17日(金)	麦ごはん 味噌汁 厚焼卵 山川漬【白桃缶・りんごゼリー】 牛乳	ごはん シューマイの酢醤油かけ えのき中華炒め【キャベツ中華炒め】 ツナサラダ ヨーグルト	ごはん 白身魚の木の芽焼 金平ごぼう【ひじきの煮物】 新玉葱の土佐酢和え ふりかけ【のり佃】
	エネルギー: 548 蛋白質: 20 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 619 蛋白質: 19 脂質: 15 塩分相当量: 3	エネルギー: 535 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 2
4月18日(土) 	麦ごはん 味噌汁 茎わかめ佃煮【切干大根煮物】 桜つぼ漬【卵ロール】 牛乳	ごはん 鮭のチーズ焼 リヨネーズポテト【ポトフ】 大根のたらこあえ みかん缶 【オレンジゼリー・みかんゼリー】	ごはん 鶏肉の柚子胡椒焼 もやしとにらのかか炒め 【冬瓜の煮物】 梅とろろ のり佃
	エネルギー: 517 蛋白質: 14 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 555 蛋白質: 25 脂質: 13 塩分相当量: 2	エネルギー: 596 蛋白質: 22 脂質: 16 塩分相当量: 3
4月19日(日) 	クロワッサン コンソメスープ オムレツ ももゼリー ブレンドコーヒー	ごはん 回鍋肉(ホイコーロー) カリフラワーの華風煮 ブロッコリーサラダ 葉わさび漬【ふりかけ・うめびしお】	ごはん タイの西京焼【タラの西京焼】 ほうれん草のソテー 胡瓜の即席漬 黒豆【葛ゼリー】
	エネルギー: 553 蛋白質: 17 脂質: 26 塩分相当量: 2	エネルギー: 531 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 3	エネルギー: 608 蛋白質: 29 脂質: 15 塩分相当量: 2
4月20日(月)	麦ごはん 味噌汁 豆腐の生姜煮 刻み高菜【洋梨缶・洋梨ゼリー】 牛乳	ごはん エビカツ 大根の塩煮 キャベツの和え物 マンゴー【マンゴーゼリー】	ごはん 鶏肉の治部煮 白菜のしそ炒め 胡瓜サラダ ふりかけ【たいみそ】 
	エネルギー: 510 蛋白質: 19 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 636 蛋白質: 17 脂質: 20 塩分相当量: 2	エネルギー: 547 蛋白質: 21 脂質: 14 塩分相当量: 3
4月21日(火)	麦ごはん 味噌汁 ちくわの金平【チンゲン菜の煮物】 さわやか漬【うめびしお】 牛乳	ごはん 白身魚のムニエル うの花炒り【大根の煮物】 春雨の酢の物 ティラミス【コーヒーゼリー】	ごはん 牛肉のトマトソース煮 ピーマンのソテー キャベツのサラダ 甘夏缶【パインゼリー】
	エネルギー: 512 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 586 蛋白質: 24 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 611 蛋白質: 19 脂質: 19 塩分相当量: 1
4月22日(水) 	麦ごはん 味噌汁 なすの炒め煮 味付のり【めかぶ佃煮】 牛乳	筍ごはん ポークソテー 南瓜の煮物 シーザーサラダ バナナ【バナナムース】 	ごはん 赤魚の梅煮 豆腐とえびの炒め物 もずくサラダ【胡瓜サラダ】 しその実わかめ 【しそわかめ・しその実ペースト】
	エネルギー: 504 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 2	エネルギー: 647 蛋白質: 22 脂質: 15 塩分相当量: 2	エネルギー: 531 蛋白質: 25 脂質: 9 塩分相当量: 5

* 【 】 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。