

メ ニ ュ ー

4月15日(木) ~ 4月21日(水)

	朝 食	昼 食	夕 食
	麦ごはん 味噌汁 豆腐の生姜煮 べったら漬【洋梨缶・洋梨ゼリー】 牛乳	カレーライス 中華スープ レタスサラダ【トマトサラダ】 フルーチェ【ピーチムース】 牛乳	ごはん サーモンステーキ 大根の煮物 ツナサラダ 金時豆【和風プリン】
	エネルギー: 506 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 668 蛋白質: 19 脂質: 21 塩分相当量: 3	エネルギー: 528 蛋白質: 25 脂質: 9 塩分相当量: 2
	麦ごはん 味噌汁 長芋の煮物 しその実わかめ【うめびしお】 牛乳	ごはん 干草焼き カリフラワーの中華煮 胡瓜の和え物 ティラミス【コーヒーゼリー】	ごはん 鮭のクリームソースかけ 茄子の炒め煮 白菜のゆかり和え ビワ缶【マンゴーゼリー】
	エネルギー: 543 蛋白質: 18 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 595 蛋白質: 20 脂質: 19 塩分相当量: 2	エネルギー: 562 蛋白質: 23 脂質: 11 塩分相当量: 2
	麦ごはん 味噌汁 切干大根の炒め煮 昆布ちりめん【ポテトサラダ】 牛乳	ごはん 豚肉とわかめの炒め物 えのき中華炒め【小松菜の煮物】 コールスローサラダ ミルクプリン【プリン】	ごはん 鯖の味噌煮 チンゲン菜のソテー 胡瓜の甘酢和え 菊水漬【のり佃】
	エネルギー: 501 蛋白質: 16 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 628 蛋白質: 26 脂質: 20 塩分相当量: 2	エネルギー: 563 蛋白質: 21 脂質: 13 塩分相当量: 3
	あんパン わかめスープ オムレツ 青りんごゼリー 牛乳	ごはん カラスカレイの香味ソースかけ キャベツのソテー 大根のゆずしょうゆ和え 昆布佃煮	ごはん ビーフシチュー マカロニソテー とろろ芋 たいみそ
	エネルギー: 500 蛋白質: 18 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 494 蛋白質: 22 脂質: 9 塩分相当量: 2	エネルギー: 671 蛋白質: 17 脂質: 18 塩分相当量: 3
	麦ごはん 味噌汁 茎わかめ佃煮【いんげん煮物】 味付のり【めかぶ佃煮】 牛乳	ごはん シューマイの酢醤油かけ ほうれん草のソテー ポテのたらこマヨネーズあえ キウイ【パインゼリー】	ごはん ぶりの照焼 大豆の煮物 胡瓜の和え物 桜つぼ漬【白桃缶・うめびしお】
	エネルギー: 496 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 642 蛋白質: 18 脂質: 19 塩分相当量: 4	エネルギー: 558 蛋白質: 24 脂質: 15 塩分相当量: 3
	麦ごはん 味噌汁 がんもの煮物 ふりかけ【マンゴープリン】 牛乳	ごはん 鱈の塩焼【タラの塩焼】 南瓜の煮物 ブロッコリーのピーナツ和え シュークリーム【イチゴムース】	ごはん 豚肉の甘酢あんがらめ ふきの煮物【茄子の煮物】 キャベツサラダ 梅ちりめん【みかん缶・みかんゼリー】
	エネルギー: 513 蛋白質: 17 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 642 蛋白質: 25 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 525 蛋白質: 21 脂質: 13 塩分相当量: 3
	麦ごはん 味噌汁 白菜の煮物 しそわかめ【卵ロール】 牛乳	ごはん 鶏肉の唐揚げ ごぼうの煮物【ひじきの煮物】 胡瓜の梅肉和え りんご【りんごゼリー】	ごはん 鮭の石狩煮 もやしとにらのかか炒め 【冬瓜の煮物】 ほうれん草のナムル のり佃
	エネルギー: 491 蛋白質: 15 脂質: 5 塩分相当量: 3	エネルギー: 651 蛋白質: 21 脂質: 20 塩分相当量: 2	エネルギー: 533 蛋白質: 24 脂質: 9 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。