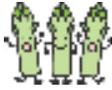
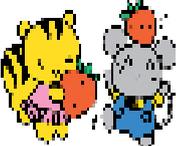


メ ニ ュ ー

5月19日(木) ~ 5月25日(水)

	朝 食	昼 食	夕 食
5月19日(木) 	麦ごはん 味噌汁 チンゲン菜の煮物 味付のり【めかぶ佃煮】 牛乳 エネルギー: 477 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量:3	ごはん 鶏肉の治部煮 さつまいもと切昆布の煮物 【さつまいもの煮物】 ほうれん草の和え物 バナナ【バナナムース】 エネルギー: 727 蛋白質: 26 脂質: 18 塩分相当量:3	ごはん さわらの磯辺焼【たらの照焼】 なす炒め おくらの酢の物【とろろ芋】 菊水漬【ビワ缶・マンゴーゼリー】 エネルギー: 495 蛋白質: 23 脂質: 8 塩分相当量:3
5月20日(金) 	麦ごはん 味噌汁 茎わかめ佃煮【キャベツの煮物】 卵ロール 牛乳 エネルギー: 496 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量:3	ごはん 鮭の南部焼【鮭の照焼】 雷汁 ポテトのたらこマヨネーズ和え フルーチェ【イチゴムース】 エネルギー: 597 蛋白質: 24 脂質: 15 塩分相当量:3	ごはん 牛肉入り野菜炒め ひじきの煮物 ブロッコリーの和え物 ふりかけ【ごはんソース】 エネルギー: 592 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量:2
5月21日(土) 	麦ごはん 味噌汁 厚焼卵 梅ちりめん【うめびしお】 牛乳 エネルギー: 552 蛋白質: 22 脂質: 12 塩分相当量:3	ごはん 豚肉と玉ねぎのポン酢炒め 南瓜のスープ もやしナムル【キャベツナムル】 ピーチゼリー エネルギー: 602 蛋白質: 21 脂質: 15 塩分相当量:2	ごはん カレイのピカタ 白菜の中華炒め もずくサラダ【胡瓜サラダ】 金時芋甘煮【和風プリン】 エネルギー: 536 蛋白質: 23 脂質: 9 塩分相当量:2
5月22日(日) 	チーズパン 中華スープ キャベツサラダ はちみつレモンゼリー 牛乳 エネルギー: 412 蛋白質: 14 脂質: 14 塩分相当量:2	ごはん 鮭の香草焼【鮭のパン粉焼】 大学芋 卵豆腐 ふりかけ【ごはんソース】 エネルギー: 689 蛋白質: 29 脂質: 17 塩分相当量:2	ごはん ビーフシチュー 切干大根の煮物 レタスサラダ【トマトサラダ】 のり佃 エネルギー: 614 蛋白質: 17 脂質: 16 塩分相当量:3
5月23日(月) 	麦ごはん 味噌汁 しらたきの炒め煮【冬瓜の煮物】 梅干し【うめびしお】 牛乳 エネルギー: 501 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量:3	ごはん 鶏肉の照焼 カリフラワーの華風煮 オクラのおかか和え キウイ【パインゼリー】 エネルギー: 563 蛋白質: 22 脂質: 16 塩分相当量:2	ごはん ぶりのおろし煮【赤魚のおろし煮】 マカロニソテー 新玉葱の土佐酢和え しその実漬 【甘夏缶・しその実ペースト】 エネルギー: 633 蛋白質: 24 脂質: 18 塩分相当量:2
5月24日(火) 	麦ごはん 味噌汁 高野豆腐の煮物 山川漬【昆布佃煮】 牛乳 エネルギー: 530 蛋白質: 19 脂質: 9 塩分相当量:4	ごはん 鮭のゆかり焼【タラのゆかり焼】 かきたま汁 もずくの酢の物【焼き茄子】 バナナ【バナナムース】 エネルギー: 540 蛋白質: 25 脂質: 7 塩分相当量:3	ごはん 八宝菜 里芋の煮物 胡瓜の和え物 たいみそ エネルギー: 601 蛋白質: 15 脂質: 19 塩分相当量:3
5月25日(水) 	麦ごはん 味噌汁 がんもの煮物 ふりかけ【卵ロール】 牛乳 エネルギー: 525 蛋白質: 19 脂質: 10 塩分相当量:3	ごはん 鶏肉のカレー焼 信田煮【豆腐の煮物】 ブロッコリーの和え物 プチサンドケーキ【アセロラゼリー】 エネルギー: 656 蛋白質: 24 脂質: 23 塩分相当量:2	ごはん 赤魚の梅煮 肉じゃが 大根サラダ みかん缶【オレンジゼリー】 エネルギー: 507 蛋白質: 21 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。