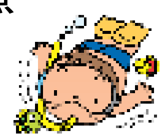
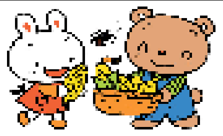
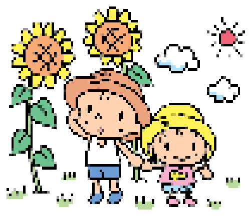
メ　ニ　ュ　ー

8月25日(木)　～　8月31日(水)

	朝　食	昼　食	夕　食
8月25日(木) 	麦ごはん 味噌汁 こんにゃく炒め煮【ﾁﾝｹﾞﾝ菜煮物】 しその実漬【昆布ふりかけ・のり佃】 牛乳	ごはん 鶏肉の照焼 かき卵汁 胡瓜の酢の物 キウイ【りんごｾﾞﾘｰ】	ごはん ﾀﾞﾙﾏﾀﾞｲおろし煮【赤魚おろし煮】 カリフラワーの華風煮 パンプキンサラダ うめびしお 
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 481　蛋白質: 14 脂質: 7　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 558　蛋白質: 22 脂質: 15　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 626　蛋白質: 26 脂質: 17　塩分相当量:3
8月26日(金)	麦ごはん 味噌汁 ひじき豆腐の煮物 のり佃 牛乳	ごはん 豚肉と玉ねぎのポン酢炒め 春雨のたらこ炒め シーザーサラダ【トマトサラダ】 甘夏缶【パインゼリー】	ごはん 鯖の照焼 もやしかか炒め【ｷｬﾍﾞﾂかか炒め】 ごぼうサラダ【ポテトサラダ】 しそわかめ【たくあんペースト】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 507　蛋白質: 18 脂質: 8　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 589　蛋白質: 21 脂質: 19　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 586　蛋白質: 23 脂質: 18　塩分相当量:2
8月27日(土)	麦ごはん 味噌汁 ちくわの金平【冬瓜の煮物】 昆布ちりめん【卵ロール】 牛乳	ごはん チキンチャップ 南瓜の煮物 大根サラダ ヨーグルト 	ごはん 鰆の酢醤油煮 煮しめ【小松菜の煮物】 梅とろろ たいみそ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 499　蛋白質: 17 脂質: 8　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 665　蛋白質: 24 脂質: 17　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 540　蛋白質: 21 脂質: 7　塩分相当量:2
8月28日(日) 	パン・オショコラ オニオンコンソメスープ オムレツ スウィーティーゼリー 牛乳	ごはん 鮭のチーズ焼 長芋の煮物 ところてんの酢醤油かけ 昆布佃煮	ごはん マーボー豆腐 ほうれん草のソテー 胡瓜の磯辺和え ふりかけ【ごはんソース】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 562　蛋白質: 18 脂質: 26　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 502　蛋白質: 24 脂質: 8　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 628　蛋白質: 23 脂質: 21　塩分相当量:3
8月29日(月)	麦ごはん 味噌汁 白菜の煮浸し しそわかめ【めかぶ佃煮】 牛乳	ごはん ふくさ焼き けんちょう カリフラワーの甘酢和え ティラミス【コーヒーゼリー】	ごはん 白身魚の梅あんかけ マカロニソテー 胡瓜の利休和え ビワ缶
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 494　蛋白質: 16 脂質: 6　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 646　蛋白質: 25 脂質: 20　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 567　蛋白質: 23 脂質: 11　塩分相当量:4
8月30日(火)	麦ごはん 味噌汁 がんもの煮物 刻み高菜【うめびしお】 牛乳 	ごはん エビカツ 清汁 白菜の和え物 マンゴー【マンゴーゼリー】	ごはん 牛肉のおろし煮 筍中華炒め【ﾁﾝｹﾞﾝ菜中華炒め】 レタスサラダ【ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ】 ふりかけ【ごはんソース】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 526　蛋白質: 18 脂質: 10　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 606　蛋白質: 17 脂質: 17　塩分相当量:2	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 567　蛋白質: 23 脂質: 18　塩分相当量:2
8月31日(水) 	麦ごはん 味噌汁 茎わかめの佃煮【ｲﾝｹﾞﾝ煮物】 しその実わかめ【のり佃】 牛乳	瓦そば いなり寿司 ほうれん草の和え物 フルーツヨーグルト 【オレンジゼリー】 	ごはん 白身魚ねぎみそ焼【ｶﾚｲの西京焼】 かぼちゃのクリーム煮 胡瓜の酢の物 福神漬【りんご缶・りんごｾﾞﾘｰ】
	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 538　蛋白質: 17 脂質: 11　塩分相当量:4	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 616　蛋白質: 23 脂質: 22　塩分相当量:3	ｴﾈﾙｷﾞｰ: 538　蛋白質: 23 脂質: 9　塩分相当量:2

＊　【　　】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。