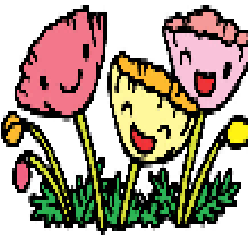
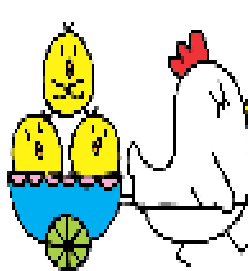


メ ニ ュ ー

5月28日(木) ～ 6月3日(水)

	朝 食	昼 食	夕 食
5月28日(木) 	麦ごはん 味噌汁 がんもの煮物 洋梨缶【ごはんソース】 牛乳 エネルギー: 558kcal 蛋白質: 18.1g 脂質: 13.5g 塩分相当量: 2.3g	混ぜごはん 豚肉のしそ炒め 大豆の煮物 白菜の磯辺和え バナナ【バナナムース】 エネルギー: 599kcal 蛋白質: 25.2g 脂質: 12.3g 塩分相当量: 2.9g	ごはん 白身魚の柚庵焼 大根の塩煮 ツナサラダ めかぶ佃煮  エネルギー: 537kcal 蛋白質: 19.3g 脂質: 14.2g 塩分相当量: 2.2g
5月29日(金)	麦ごはん 味噌汁 しらたき炒め煮【いんげん煮物】 刻み高菜【ふりかけ・ごはんソース】 牛乳 エネルギー: 514kcal 蛋白質: 15.0g 脂質: 11.3g 塩分相当量: 2.9g	カレーライス 中華スープ カリフラワーサラダ オレンジ【オレンジゼリー】 エネルギー: 611kcal 蛋白質: 17.3g 脂質: 16.0g 塩分相当量: 3.5g	ごはん たらことチーズの卵焼き 豆腐とトマトの炒め物 胡瓜の甘酢和え ビワ缶【りんごゼリー】 エネルギー: 578kcal 蛋白質: 23.7g 脂質: 15.8g 塩分相当量: 2.5g
5月30日(土)	麦ごはん 味噌汁 厚焼卵 しその実漬【うめびしお】 牛乳 エネルギー: 571kcal 蛋白質: 21.8g 脂質: 15.0g 塩分相当量: 2.4g	ごはん 鰯の照焼  清汁 キャベツの利休和え 牛乳プリン エネルギー: 552kcal 蛋白質: 23.4g 脂質: 12.7g 塩分相当量: 2.4g	ごはん コロッケ にんにくの芽炒め【ピーマンソテー】 レタスサラダ【トマトサラダ】 しそわかめ【たくあんペースト】 エネルギー: 587kcal 蛋白質: 10.8g 脂質: 18.1g 塩分相当量: 2.2g
5月31日(日) 	クロワッサン オニオンコンソメスープ ツナマヨオムレツ アップルゼリー 牛乳 エネルギー: 636kcal 蛋白質: 16.9g 脂質: 34.5g 塩分相当量: 2.5g	ごはん 鶏肉の柚子胡椒焼 冬瓜のスープ煮 もやし甘酢和え【白菜甘酢和え】 マンゴー【マンゴーゼリー】 エネルギー: 567kcal 蛋白質: 21.3g 脂質: 16.8g 塩分相当量: 2.0g	ごはん 鮭のゆかり焼 ビーフソテー モロヘイヤの和え物 【カリフラワーの和え物】 紅あずま甘露煮【ゆずみそ】 エネルギー: 518kcal 蛋白質: 23.3g 脂質: 7.3g 塩分相当量: 2.2g
6月1日(月)	麦ごはん 味噌汁 豆腐のそぼろ煮 刻みたくあん【のり佃】 牛乳 エネルギー: 556kcal 蛋白質: 18.8g 脂質: 12.1g 塩分相当量: 2.4g	赤飯 赤魚の生姜焼 清汁 レタスサラダ【いんげんサラダ】 プリン エネルギー: 546kcal 蛋白質: 28.5g 脂質: 12.3g 塩分相当量: 3.5g	ごはん 牛肉ときのこのバター醤油炒め カリフラワーの華風煮 冷奴 たいみそ  エネルギー: 598kcal 蛋白質: 24.7g 脂質: 20.9g 塩分相当量: 2.2g
6月2日(火) 	麦ごはん 味噌汁 切干大根の炒め煮 ふりかけ【ごはんソース】 牛乳 エネルギー: 548kcal 蛋白質: 15.6g 脂質: 11.5g 塩分相当量: 2.6g	ごはん 豚肉の山賊焼 うの花炒り【茄子の煮物】 キャベツごま和え【キャベツ和え物】 カット桃【ピーチゼリー】 エネルギー: 586kcal 蛋白質: 21.1g 脂質: 13.7g 塩分相当量: 2.0g	ごはん 白身魚の香草焼 ブロッコリーのクリーム煮 ほうれん草の中華和え しその実わかめ 【りんご缶・しそ昆布佃煮】 エネルギー: 568kcal 蛋白質: 24.9g 脂質: 10.9g 塩分相当量: 2.5g
6月3日(水) 	麦ごはん 味噌汁 いんげんソテー 味付のり【のり佃】 牛乳 エネルギー: 533kcal 蛋白質: 17.8g 脂質: 13.1g 塩分相当量: 2.1g	ごはん 白身魚の味噌マヨネーズ焼 清汁 シーザーサラダ【トマトサラダ】 メロン【メロンゼリー】 エネルギー: 598kcal 蛋白質: 24.4g 脂質: 19.3g 塩分相当量: 3.1g	ごはん  ふくさ焼き もやしとにらのかか炒め 梅とろろ しそわかめ【たくあんペースト】 エネルギー: 571kcal 蛋白質: 22.4g 脂質: 13.8g 塩分相当量: 2.8g

* 【 】 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。