

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
4月25日(木) 	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 野沢菜ちりめん【洋梨缶】 牛乳 	御飯 白身魚の磯辺焼 のっぺい汁 チンゲン菜のくるみ和え 白桃ようかん【杏仁ゼリー】	御飯 牛肉の二色巻き ビーフソテー パンプキンサラダ 菜公【みかん缶】
	エネルギー: 492 蛋白質: 19 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 528 蛋白質: 23 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 657 蛋白質: 22 脂質: 22 塩分相当量: 2
4月26日(金)	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 しそわかめ【しば漬ペースト】 牛乳	御飯 ポークチャップ ふきの煮物【大根の煮物】 キャベツサラダ 山川漬【りんご缶】	御飯 ブリの山椒焼き たらこスパゲッティ 春雨の酢の物 山菜佃煮【のり佃】 
	エネルギー: 499 蛋白質: 17 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 516 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 669 蛋白質: 27 脂質: 23 塩分相当量: 2
4月27日(土)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【ひじきの煮物】 しその実漬【しその実ペースト】 牛乳	御飯 ふくさ焼き 大豆の煮物 胡瓜の土佐和え 甘夏缶【オレンジゼリー】 	御飯 カラスカレイのチーズ焼き もやしとにらの炒め物【ポテトの煮物】 小松菜の白和え しその実わかめ【ビワ缶】
	エネルギー: 522 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 611 蛋白質: 30 脂質: 14 塩分相当量: 3	エネルギー: 553 蛋白質: 28 脂質: 10 塩分相当量: 3
4月28日(日) 	デニッシュパン コンソメスープ 胡瓜サラダ ももゼリー グレープジュース 	御飯 鮭のゆかり焼き 金平ごぼう【切干大根の炒め煮】 アスパラサラダ【トマトサラダ】 葉わさび漬【たいみそ】	御飯 鶏肉のパプリカ風味焼き ブロッコリーのクリーム煮 もずくの酢の物【キャベツの酢の物】 オレンジ【オレンジゼリー】
	エネルギー: 520 蛋白質: 9 脂質: 22 塩分相当量: 2	エネルギー: 575 蛋白質: 28 脂質: 13 塩分相当量: 3	エネルギー: 588 蛋白質: 23 脂質: 19 塩分相当量: 2
4月29日(月) 昭和の日 	麦飯 味噌汁 こんにゃく炒め煮【カリフラワー煮物】 のり豆【のり佃】 牛乳	御飯 焼肉 白菜の中華煮 大根サラダ 生どら焼き【こしあんムース】	御飯 赤魚の南部焼【赤魚の風味焼】 野菜の卵とじ 長芋の梅肉かけ【山芋とろろ】 うにくらげ【白桃缶】 
	エネルギー: 519 蛋白質: 18 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 621 蛋白質: 23 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 555 蛋白質: 27 脂質: 11 塩分相当量: 4
4月30日(火)	麦飯 味噌汁 茄子の炒め煮 ふりかけ【みかん缶】 牛乳 	御飯 鯖の立田揚げ 若竹煮【南瓜の煮物】 ところてんの酢醤油かけ メロン【メロンムース】	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め うの花炒り【ポテトの煮物】 コールスローサラダ うぐいす豆
	エネルギー: 473 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 567 蛋白質: 22 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 648 蛋白質: 23 脂質: 16 塩分相当量: 3
5月1日(水) 	麦飯 味噌汁 かんぴょうの煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳	赤飯 鶏肉の照焼き 清汁 ツナサラダ 奈良漬【黄桃缶】	御飯 ブリのおろし煮 キャベツのカレーソテー ポテとたらこマヨネーズあ ちりめん山椒【しそわかめ】 
	エネルギー: 475 蛋白質: 15 脂質: 5 塩分相当量: 4	エネルギー: 556 蛋白質: 28 脂質: 16 塩分相当量: 4	エネルギー: 657 蛋白質: 24 脂質: 22 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。