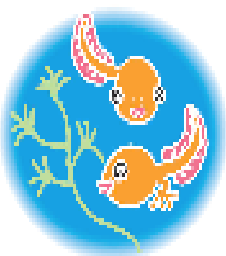
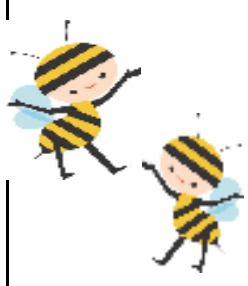


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月19日(木) 	麦飯 味噌汁 生揚げの含め煮【焼き豆腐の含め煮】 えびのり佃煮【洋梨缶】 牛乳	焼きそば おむすび 盛り合わせサラダ フルーツポンチ  	御飯 カラスカレイの香草焼き ブロッコリーのカニあんかけ 白菜のくるみ和え 桜漬【ゆずみそ】
	エネルギー: 570 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 579 蛋白質: 15 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 532 蛋白質: 29 脂質: 9 塩分相当量: 2
5月20日(金)	麦飯 味噌汁 茄子の炒め煮 のり佃煮【ポテトサラダ】 牛乳	御飯 ダルマダイの味噌マヨネーズ焼き はちくの煮物【大根の煮物】 もずくサラダ【胡瓜のサラダ】 メロン【メロンゼリー】 	御飯 牛肉の柳川風煮 きのこソテー【キャベツのソテー】 ほうれん草のお浸し 奈良漬【りんご】 
	エネルギー: 506 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 622 蛋白質: 26 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 549 蛋白質: 23 脂質: 13 塩分相当量: 3
5月21日(土)	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【いんげん甘辛煮】 梅干し【うめびしお】 牛乳	御飯 チキンチャップ 南瓜のいとし煮 胡瓜の利久あえ 葉わさび漬【白桃缶】	御飯 サワラの昆布煮 春雨の中華炒め トマトのおろし和え 山菜佃煮【ビワ缶】
	エネルギー: 472 蛋白質: 14 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 665 蛋白質: 24 脂質: 17 塩分相当量: 3	エネルギー: 539 蛋白質: 24 脂質: 10 塩分相当量: 3
5月22日(日) 	クロワッサン クリームスープ ツナサラダ みかんゼリー リンゴジュース 	御飯 鮭の南部焼き 金平ごぼう【茄子の煮物】 カリフラワーの甘酢和え しそ昆布【ゆずみそ】	御飯 シューマイの辛子醤油かけ さつま芋のレモン煮 キャベツの磯辺和え いちご【いちごムース】 
	エネルギー: 520 蛋白質: 11 脂質: 20 塩分相当量: 3	エネルギー: 550 蛋白質: 29 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 627 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 3
5月23日(月)	麦飯 味噌汁 卵焼き しそわかめ【紅茶ゼリー】 牛乳	御飯 豚肉の生姜煮 キャベツのしそ風味炒め ポテトのたらこマヨネーズあえ りんご【リンゴゼリー】	御飯 鰯の塩焼き 豆腐とトマトの炒め物 ビーフナムル のり佃煮
	エネルギー: 539 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 598 蛋白質: 21 脂質: 16 塩分相当量: 2	エネルギー: 579 蛋白質: 29 脂質: 13 塩分相当量: 3
5月24日(火)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 福神漬(無着色)【ふりかけ】 牛乳	御飯 鶏肉の唐揚げ 白菜の煮浸し 胡瓜の梅肉和え 甘夏缶【オレンジゼリー】 	御飯 赤魚の甘酢あんかけ 野菜炒め チンゲン菜のピーナツ和え 鉄火らっきょう【ビワ缶】
	エネルギー: 519 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 642 蛋白質: 21 脂質: 21 塩分相当量: 2	エネルギー: 513 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3
5月25日(水) 	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬【黄桃缶】 牛乳 	御飯 バトウの朝鮮焼き れんこんの煮物【ポテトの煮物】 いんげんのごまよごし【いんげんの和え物】 バナナ【バナナムース】	御飯 牛肉のおろし煮 マカロニソテー ひじき和風サラダ【胡瓜のサラダ】 黄金いか【うめびしお】
	エネルギー: 490 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 600 蛋白質: 23 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 581 蛋白質: 22 脂質: 14 塩分相当量: 3

*【 】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。