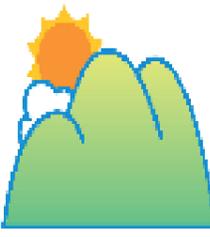


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
9月1日(木) 	麦飯 味噌汁 ひじきの炒め煮 菜公【みかん缶】 牛乳	赤飯 たらことチーズの卵焼き  清汁 ほうれん草のごま和え【ほうれん草和え物】 ミルクゼリー	御飯 豚肉の朝鮮焼き ビーフンソテー コールスローサラダ しそ昆布【のり佃】
	エネルギー: 491 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 616 蛋白質: 27 脂質: 17 塩分相当量: 4	エネルギー: 566 蛋白質: 24 脂質: 14 塩分相当量: 3
9月2日(金)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【がんもの煮物】 ふりかけ【パンプキンサラダ】 牛乳	御飯 白身魚の塩焼き 肉じゃが 白菜の中華和え りんご【りんごゼリー】 	御飯 チキンチャップ うの花炒り【茄子の炒め煮】 ゆずきのこの酢の物 葉わさび漬【洋梨缶】
	エネルギー: 493 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 542 蛋白質: 27 脂質: 8 塩分相当量: 2	エネルギー: 638 蛋白質: 25 脂質: 20 塩分相当量: 3
9月3日(土)	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しその実わかめ【ビワ缶】 牛乳	御飯 シューマイの辛子醤油かけ れんこんの煮物【長芋の煮物】 胡瓜の土佐和え かぼちゃプリン	御飯 鮭の西京焼き  カリフラワーの華風煮 チンゲン菜のくるみ和え バナナ【バナナムース】
	エネルギー: 509 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 603 蛋白質: 22 脂質: 14 塩分相当量: 3	エネルギー: 570 蛋白質: 26 脂質: 10 塩分相当量: 2
9月4日(日) 	クリームパン コンソメスープ ピーマンの炒め物 ヨーグルト 牛乳	御飯 牛肉のしぐれ煮 キャベツのしそ風味炒め 冷奴 ビワ缶	御飯 カラスカレイのカレームニエル さつま芋と切昆布の煮物 白菜の甘酢和え ゆずみそ
	エネルギー: 497 蛋白質: 20 脂質: 9 塩分相当量: 2	エネルギー: 587 蛋白質: 23 脂質: 16 塩分相当量: 2	エネルギー: 584 蛋白質: 24 脂質: 6 塩分相当量: 2
9月5日(月)	麦飯 味噌汁 茄子の炒め煮 福神漬(無着色) 牛乳	御飯 白身魚の味噌マヨネーズ焼き ポトフ トマトサラダ 巨峰【ぶどうゼリー】	御飯 豚肉とわかめの炒め物 ふきのまさご煮 胡瓜の梅肉和え うにくらげ【黄桃缶】
	エネルギー: 497 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 641 蛋白質: 25 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 532 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 4
9月6日(火)	麦飯 味噌汁 高菜古漬の炒め物【キャベツの炒め煮】 京わかめ【うめびしお】 牛乳	御飯 鶏肉の立田揚げ  南瓜の煮物 もみじ和え 胡ちゃん漬【しそわかめ】	御飯 さばのぬか炊き にんにくの芽炒め【いんげんのソテー】 レタスレモン醤油和え 山菜佃煮【みかん缶】 
	エネルギー: 461 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 4	エネルギー: 664 蛋白質: 21 脂質: 21 塩分相当量: 3	エネルギー: 556 蛋白質: 24 脂質: 12 塩分相当量: 2
9月7日(水) 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【長芋の煮物】 味付のり【めかぶ佃煮】 牛乳	たきこみ御飯 白身魚の山椒焼き かき卵汁 大根なます 和菓子【水ようかん】	御飯 牛肉のトマトソース煮 白菜の中華炒め きゅうりのツナ和え 桜漬【白桃缶】
	エネルギー: 486 蛋白質: 16 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 576 蛋白質: 26 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 610 蛋白質: 21 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。