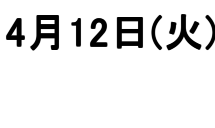


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
4月7日(木) 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【チンゲン菜の煮物】 甘口たらこ【卵ロール】 牛乳	御飯 銀だらのチーズ焼き ごぼうの煮物【キャベツの煮物】 ゆずきのこの酢の物【胡瓜の酢の物】 バナナ【バナナムース】	御飯1 青椒牛肉絲(チンジャオロースー) 里芋のごま煮【里芋の煮物】 ちしゃもみ【白菜の和え物】 桜漬【うめびしお】 
	エネルギー: 513 蛋白質: 21 脂質: 9 塩分相当量: 4	エネルギー: 647 蛋白質: 19 脂質: 17 塩分相当量: 3	エネルギー: 539 蛋白質: 21 脂質: 12 塩分相当量: 2
4月8日(金) 	麦飯 味噌汁 南瓜の煮物 葉わさび漬【黄桃缶】 牛乳	御飯 牛肉のトマトソース煮 もやしとにらのかか炒め【いんげんかか煮】 卵豆腐の冷やしあんかけ オレンジ【オレンジゼリー】	御飯 スズキの磯辺焼 カリフラワーの華風煮 胡瓜の梅肉和え 菊水漬【リンゴ缶】
	エネルギー: 521 蛋白質: 16 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 676 蛋白質: 27 脂質: 24 塩分相当量: 4	エネルギー: 522 蛋白質: 26 脂質: 9 塩分相当量: 2
4月9日(土) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【茄子の炒め煮】 味付のり【のり佃】 牛乳	御飯 白身魚のおろし煮 白菜の中華炒め ブロッコリーのサラダ プチチーズケーキ 	御飯 鶏肉の照り焼き リヨネーズポテト【ポトフ】 チンゲン菜の菜種和え しその実わかめ【ビワ缶】 
	エネルギー: 501 蛋白質: 18 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 591 蛋白質: 26 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 635 蛋白質: 22 脂質: 20 塩分相当量: 3
4月10日(日) 	ジャムパン コーンポタージュ プレーンオムレッ ラ・フランスゼリー リンゴジュース	御飯 豚肉の生姜焼き 大根のうすくず煮 キャベツのごま酢和え 子持ち昆布【洋梨缶】 	御飯 豆腐の土佐焼き にんにくの芽炒め【ピーマンソテー】 胡瓜のサラダ べったら漬【いりこみそ】
	エネルギー: 575 蛋白質: 15 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 544 蛋白質: 23 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 575 蛋白質: 23 脂質: 16 塩分相当量: 3
4月11日(月) 	麦飯 味噌汁 いんげんの甘辛煮 うめびしお 牛乳	御飯 鰯の焼き浸し ワンタンスープ【卵スープ】 ひじきの炒め煮 りんごヨーグルト	御飯 鶏肉のカレー焼き えのきの金平【茄子の炒め煮】 レタスサラダ【トマトサラダ】 金時豆
	エネルギー: 483 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 596 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 599 蛋白質: 22 脂質: 20 塩分相当量: 2
4月12日(火) 	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 ふりかけ【みかん缶】 牛乳	瓦そば おむすび パンプキンサラダ プリン	御飯 カラスカレイのフライ さつま芋と切り昆布の煮物 白菜のゆかり和え しば漬【のり佃】
	エネルギー: 488 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 628 蛋白質: 20 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 608 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 4
4月13日(水) 	麦飯 味噌汁 焼き豆腐の含め煮 えびのり佃煮【黄桃缶】 牛乳	御飯 鰯の酢醤油煮 ビーフンソテー 菜の花の辛子和え バナナ【バナナムース】 	御飯 豚肉のごま風味焼き ブロッコリーのクリーム煮 もずくの酢の物【胡瓜の酢の物】 黄金いか【うめびしお】
	エネルギー: 527 蛋白質: 20 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 634 蛋白質: 26 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 513 蛋白質: 23 脂質: 12 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。