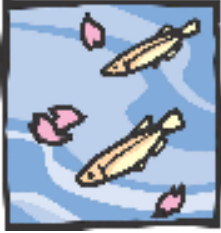
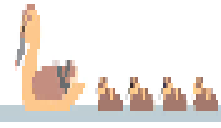


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
3月24日(木) 	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳	御飯 豚肉のカレー風味焼き うの花炒り【高野豆腐の煮物】 もずくの酢の物【白菜の酢の物】 ロールケーキ 	御飯 カラスカレイの香草焼き ふろふき大根 胡瓜の和え物 しそ昆布【のり佃】
	エネルギー: 507 蛋白質: 17 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 663 蛋白質: 24 脂質: 22 塩分相当量: 3	エネルギー: 521 蛋白質: 26 脂質: 7 塩分相当量: 3
3月25日(金)	麦飯 味噌汁 南瓜の煮物 ちりめん山椒 牛乳	炊きこみ御飯 鰯の木の芽焼き【鰯の照り焼き】 清汁 春雨の酢の物 オレンジ【オレンジゼリー】 	御飯 チキンソテー 煮豆 カニサラダ 桜漬【黄桃缶】
	エネルギー: 521 蛋白質: 17 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 558 蛋白質: 22 脂質: 12 塩分相当量: 4	エネルギー: 608 蛋白質: 24 脂質: 13 塩分相当量: 2 
3月26日(土)	麦飯 味噌汁 高菜古漬の炒め物【キャベツの炒め煮】 めかぶ佃煮 牛乳	御飯 鮭の塩焼き 茄子の炒め煮 スパゲッティーサラダ  りんご【りんごゼリー】	御飯  マーボー豆腐 大学芋【サツマイモの煮物】 白菜のポン酢和え しその実漬【うめびしお】
	エネルギー: 470 蛋白質: 14 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 575 蛋白質: 26 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 662 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量: 1
3月27日(日) 	クロワッサン クリームスープ キャベツサラダ  ももゼリー グレープジュース	御飯 鶏肉の甘辛煮 チンゲン菜の中華炒め 冷奴 甘口たらこ【みかん缶】	御飯 銀だらのオーロラソースかけ えのきの金平【カリフラワーの煮物】 菜の花の辛子和え 白菜漬【うぐいす豆】
	エネルギー: 515 蛋白質: 10 脂質: 20 塩分相当量: 2	エネルギー: 597 蛋白質: 32 脂質: 18 塩分相当量: 4	エネルギー: 548 蛋白質: 19 脂質: 18 塩分相当量: 2
3月28日(月)	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 しそわかめ 牛乳	御飯 たらことチーズの卵焼き 牛肉とごぼうの煮物【ポテトと牛肉の煮物】 胡瓜の梅肉和え 抹茶ミルクゼリー	御飯  ぶりの照り焼き キャベツのポトフ ゆずきのこの酢の物 子持ち昆布【いちご】 
	エネルギー: 503 蛋白質: 16 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 621 蛋白質: 25 脂質: 16 塩分相当量: 3	エネルギー: 570 蛋白質: 21 脂質: 17 塩分相当量: 4
3月29日(火)	麦飯 味噌汁 焼き豆腐の含め煮 梅ちりめん【甘夏缶】 牛乳	御飯  鰯のごま風味焼き 赤だし汁 トマトのマリネ バナナ【バナナムース】 	御飯 ポークチャップ  ブロッコリーのカニあんかけ キャベツの磯辺和え 京わかめ【うめびしお】
	エネルギー: 501 蛋白質: 19 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 666 蛋白質: 28 脂質: 20 塩分相当量: 4	エネルギー: 514 蛋白質: 23 脂質: 11 塩分相当量: 3
3月30日(水) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【チンゲン菜の炒め物】 のり豆【ビワ缶】 牛乳	御飯 鶏肉のクリームソースかけ 筍のかか煮【キャベツのかか煮】 胡瓜のわさび和え オレンジ【オレンジゼリー】	御飯 白身魚のゆかり焼き けんちょう シーザーサラダ  奈良漬【洋梨缶】
	エネルギー: 536 蛋白質: 20 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 602 蛋白質: 22 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 546 蛋白質: 24 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。