

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
4月26日(木) 	麦飯 味噌汁 ふきの煮物【チンゲン菜の煮物】 のり佃煮 牛乳	御飯 シューマイの甘酢あんがらめ ごぼうの煮物 コールスローサラダ しそ昆布【オレンジ】 	御飯 鱈の粕漬焼き 南瓜のスープ煮 胡瓜の酢の物 葉わさび漬【うめびしお】
	エネルギー: 452 蛋白質: 14 脂質: 5 塩分相当量: 3	エネルギー: 622 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量: 4	エネルギー: 618 蛋白質: 26 脂質: 13 塩分相当量: 3
4月27日(金)	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【茄子の炒め煮】 たくあん【黄桃缶】 牛乳	御飯 ダルマダイの生姜煮 にんにくの芽炒め【ピーマンソテー】 白菜の磯辺和え コーヒーゼリー	御飯 豆腐ハンバーグ さつまいものレモン煮 ほうれん草のごま和え 奈良漬【甘夏缶】
	エネルギー: 484 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 603 蛋白質: 27 脂質: 13 塩分相当量: 2	エネルギー: 622 蛋白質: 23 脂質: 12 塩分相当量: 3
4月28日(土)	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【南瓜の煮物】 ふりかけ【洋梨缶】 牛乳	御飯 チキンソテー うの花炒り【白菜の煮浸し】 胡瓜の辛子和え キウイフルーツ【グレープゼリー】 	御飯 白身魚のカレー焼き 肉じゃが 春雨の酢の物 桜漬【白桃缶】
	エネルギー: 493 蛋白質: 17 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 587 蛋白質: 21 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 578 蛋白質: 24 脂質: 10 塩分相当量: 2
4月29日(日) 	ラズベリーパン オニオンスープ オムレツ ラフランスゼリー 野菜ジュース 	御飯 鮭の塩焼き ポトフ 胡瓜の和え物 京わかめ【りんご缶】 	御飯 マーボー豆腐 チンゲン菜の煮浸し ところてんの酢醤油かけ 山菜佃煮【うめびしお】
	エネルギー: 655 蛋白質: 16 脂質: 32 塩分相当量: 4	エネルギー: 465 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 538 蛋白質: 21 脂質: 13 塩分相当量: 3
4月30日(月)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 味付けのり【のり佃】 牛乳	御飯 牛肉のしぐれ煮 ビーフンソテー ごぼうサラダ【カリフラワーサラダ】 鉄火らっきょう【洋梨缶】	御飯 カラスカレイのチーズ焼き 茄子の炒め煮 胡瓜の酢の物 オレンジ【オレンジゼリー】 
	エネルギー: 530 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 664 蛋白質: 21 脂質: 23 塩分相当量: 3	エネルギー: 512 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 2
5月1日(火)	麦飯 味噌汁 割干大根の炒め煮 えびのり佃煮【めかぶ佃煮】 牛乳	赤飯 白身魚のあんかけ 清汁 レタスレモン醤油和え【胡瓜の和え物】 ミルクゼリー 	御飯 ポークソテー 里芋の煮物 トマトサラダ バナナ【バナナムース】 
	エネルギー: 518 蛋白質: 18 脂質: 9 塩分相当量: 2	エネルギー: 558 蛋白質: 29 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 630 蛋白質: 22 脂質: 17 塩分相当量: 2
5月2日(水) 	麦飯 味噌汁 高菜古漬の炒め物【キャベツの煮物】 子持昆布【ふりかけ】 牛乳	御飯 中華風卵焼き ふきの煮物【茄子の煮物】 大根サラダ 菊水漬【白桃缶】	御飯 鯛の木の芽焼き かき揚げ ぬた【とろろ芋】 うめびしお
	エネルギー: 508 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 4	エネルギー: 538 蛋白質: 20 脂質: 13 塩分相当量: 4	エネルギー: 627 蛋白質: 29 脂質: 14 塩分相当量: 4

*【 】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。