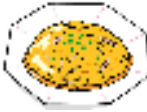
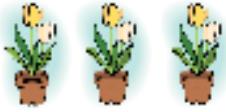


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月10日(木) 	麦飯1 味噌汁 高野豆腐の煮物 らっきょう 牛乳	御飯1 魚の西京焼き 長芋の煮物 ゆかり和え オレンジ 	御飯1 豚肉の柳川風 きのこソテー お浸し 煮豆
	エネルギー: 489 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 553 蛋白質: 26 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 632 蛋白質: 30 脂質: 16 塩分相当量: 3
5月11日(金)	麦飯1 味噌汁 がんもの煮物 たくあん 牛乳	カレーライス スープ サラダ キウイフルーツ	御飯1 甘酢あんかけ ピーマンのソテー 冷奴 黄金いか 
	エネルギー: 543 蛋白質: 27 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 651 蛋白質: 18 脂質: 21 塩分相当量: 3	エネルギー: 540 蛋白質: 27 脂質: 10 塩分相当量: 2
5月12日(土) 	麦飯1 味噌汁 高菜古漬の炒め物 のり佃煮 牛乳	御飯1 魚の生姜煮 マカロニソテー 即席漬け バナナ 	御飯1 豚肉とわかめの炒め物 うすくず煮 サラダ ゆずみそ
	エネルギー: 518 蛋白質: 17 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 644 蛋白質: 27 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 515 蛋白質: 22 脂質: 11 塩分相当量: 2
5月13日(日)	パン ワカメスープ サラダ ゼリー グレープジュース 	御飯1 卵焼き 大根の煮物 中華和え しそ昆布 	御飯1 魚のオーロラソースかけ 大学芋 ドレッシングあえ 福神漬(無着色)
	エネルギー: 469 蛋白質: 8 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 520 蛋白質: 19 脂質: 14 塩分相当量: 3	エネルギー: 701 蛋白質: 23 脂質: 20 塩分相当量: 2
5月14日(月) 	麦飯1 味噌汁 ひじきの炒め煮 甘口たらこ 牛乳	御飯1 穴子のかば焼き のっぺい汁 土佐酢和え プリン	御飯1 牛肉のおろし煮 チンゲン菜のソテー 和え物 奈良漬 
	エネルギー: 520 蛋白質: 22 脂質: 9 塩分相当量: 4	エネルギー: 647 蛋白質: 21 脂質: 20 塩分相当量: 3	エネルギー: 532 蛋白質: 20 脂質: 13 塩分相当量: 3
5月15日(火)	麦飯1 味噌汁 ちくわの金平 梅干し 牛乳	御飯1 ビーフシチュー いんげんのソテー サラダ メロン	御飯1 香味ソースかけ えのきの中華炒め たらこマヨネーズあえ 葉わさび漬
	エネルギー: 482 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 5	エネルギー: 621 蛋白質: 18 脂質: 21 塩分相当量: 1	エネルギー: 578 蛋白質: 28 脂質: 16 塩分相当量: 4
5月16日(水) 	麦飯1 味噌汁 がんもの煮物 しば漬 牛乳	御飯1 魚の焼き浸し 若竹煮 ビーフンソテー デザート	御飯1 千草焼き にんにくの芽炒め 白和え 佃煮 
	エネルギー: 519 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 591 蛋白質: 25 脂質: 7 塩分相当量: 2	エネルギー: 634 蛋白質: 30 脂質: 18 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。