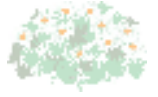


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月31日(木) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 昆布ちりめん【紅茶ゼリー】 牛乳	御飯 牛肉のカレー焼き 白菜のスープ煮 ごぼうサラダ【キャベツサラダ】 京わかめ【ビワ缶】	御飯 ダルマダイの昆布煮 茶碗蒸し 胡瓜の和え物 桜漬【ゆずみそ】 
	エネルギー: 536 蛋白質: 21 脂質: 10 塩分相当量: 4	エネルギー: 597 蛋白質: 21 脂質: 19 塩分相当量: 2	エネルギー: 569 蛋白質: 30 脂質: 13 塩分相当量: 3
6月1日(金)	麦飯 味噌汁 卵焼き ふりかけ【ポテトサラダ】 牛乳	赤飯 豚肉のしそ炒め 清汁 キャベツのわさび和え コーヒーゼリー 	御飯 鰯の塩焼き 肉じゃが もずくの酢の物【冷奴】 甘口たらこ【黒豆】 
	エネルギー: 532 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 560 蛋白質: 28 脂質: 13 塩分相当量: 4	エネルギー: 569 蛋白質: 33 脂質: 11 塩分相当量: 4
6月2日(土)	麦飯 味噌汁 白菜の煮浸し うめちりめん【めかぶ佃煮】 牛乳 	御飯 カラスカレイのオーロラソースかけ けんちょう 胡瓜のゆかり和え 葉わさび漬【甘夏缶】	御飯 鶏肉の朝鮮焼き たらこスパゲッティ ほうれん草のナムル うにくらげ【たいみそ】 
	エネルギー: 498 蛋白質: 17 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 548 蛋白質: 25 脂質: 13 塩分相当量: 3	エネルギー: 615 蛋白質: 23 脂質: 18 塩分相当量: 4
6月3日(日) 	オレンジデニッシュ ワカメスープ いんげんのソテー プリン 野菜ジュース 	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め カリフラワーの煮物 白菜の中華和え 子持昆布【しそわかめ】	御飯 鮭のクリームソースかけ キャベツのしそ炒め おくらの酢の物【焼茄子】 菊水漬【洋梨缶】
	エネルギー: 600 蛋白質: 12 脂質: 30 塩分相当量: 2	エネルギー: 539 蛋白質: 26 脂質: 13 塩分相当量: 3	エネルギー: 545 蛋白質: 26 脂質: 11 塩分相当量: 3
6月4日(月)	麦飯 味噌汁 高菜古漬の炒め物【茄子の煮物】 うめびしお 牛乳	御飯 白身魚の磯辺焼き 春雨の中華炒め キャベツのごま酢和え メロン【メロンムース】	御飯 牛肉と野菜のバター醤油炒め 大学芋 卵豆腐の冷やしあんかけ しば漬【昆布ちりめん】
	エネルギー: 461 蛋白質: 14 脂質: 6 塩分相当量: 4	エネルギー: 564 蛋白質: 25 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 710 蛋白質: 25 脂質: 23 塩分相当量: 3
6月5日(火)	麦飯 味噌汁 しらたきの煮物【がんもの煮物】 菜公【めかぶ佃煮】 牛乳	御飯 鯛のレモン蒸し 南瓜の煮物 アスパラのソテー【キャベツソテー】 フルーチェ	御飯 牛肉の甘辛煮 野菜のソテー 胡瓜のからし和え デラウェア【ぶどうゼリー】 
	エネルギー: 499 蛋白質: 16 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 635 蛋白質: 26 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 543 蛋白質: 20 脂質: 12 塩分相当量: 2
6月6日(水) 	麦飯 味噌汁 茎わかめの佃煮【白菜の煮浸し】 ふりかけ【ミカン缶】 牛乳	御飯 鶏肉の唐揚げ 雷汁 コールスローサラダ ようかん 	御飯 鰯の酢じょうゆ煮 にんにくの芽炒め【いんげんソテー】 胡瓜の香り和え 山菜佃煮【のり佃】 
	エネルギー: 505 蛋白質: 16 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 658 蛋白質: 25 脂質: 21 塩分相当量: 3	エネルギー: 540 蛋白質: 24 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。