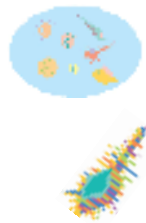


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
8月30日(木) 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【冬瓜の煮物】 菊水漬【白桃缶】 牛乳	御飯 鯛の朝鮮焼き 五目スープ 卵豆腐 巨峰【ぶどうゼリー】 	御飯 鶏肉の甘辛煮 野菜のソテー コールスローサラダ ゆずみそ
	エネルギー: 491 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 614 蛋白質: 29 脂質: 16 塩分相当量: 3	エネルギー: 567 蛋白質: 21 脂質: 16 塩分相当量: 2
8月31日(金)	麦飯 味噌汁 白菜の煮浸し しその実わかめ【みかん缶】 牛乳	御飯 スパニッシュオムレツ けんちょう 胡瓜の辛子和え 梨【ラ・フランスゼリー】	御飯 鯛の塩焼き ほうれん草のソテー カリフラワーの甘酢和え 菜公【うめびしお】 
	エネルギー: 508 蛋白質: 16 脂質: 6 塩分相当量: 4	エネルギー: 634 蛋白質: 19 脂質: 19 塩分相当量: 2	エネルギー: 533 蛋白質: 25 脂質: 13 塩分相当量: 3
9月1日(土)	麦飯 味噌汁 割干大根の炒め煮 のり豆【めかぶ佃煮】 牛乳	赤飯 鮭の野菜あんかけ 清汁 レタスレモン醤油和え 杏仁豆腐 	御飯 ポークソテー 里芋の煮物 トマトサラダ 刻みたくあん【うぐいす豆】
	エネルギー: 545 蛋白質: 18 脂質: 8 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: 571 蛋白質: 22 脂質: 16 塩分相当量: 3
9月2日(日) 	ロールパン オニオンスープ いんげんのソテー プリン 牛乳 	御飯 カラスカレイの香味ソースかけ ふきのまさご煮【白菜の煮物】 チンゲン菜のくるみ和え 金時芋	御飯 プルコギ ブロッコリーのあんかけ ひじきサラダ【胡瓜のサラダ】 黄金いか【黄桃缶】 
	エネルギー: 615 蛋白質: 21 脂質: 27 塩分相当量: 2	エネルギー: 510 蛋白質: 24 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 531 蛋白質: 23 脂質: 14 塩分相当量: 2
9月3日(月)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 らっきょう【うめびしお】 牛乳	御飯 鰯のごま焼き【鰯の風味焼き】 南瓜のシチュー 胡瓜の土佐和え 甘夏ゼリー	御飯 鶏肉の炊き合わせ 筍の中華炒め【小松菜の煮物】 大根なます うにくらげ【金時豆】
	エネルギー: 513 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 681 蛋白質: 30 脂質: 15 塩分相当量: 2	エネルギー: 502 蛋白質: 20 脂質: 9 塩分相当量: 4
9月4日(火) 	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 福神漬(無着色)【りんご缶】 牛乳	御飯 豚肉の生姜焼き ビーフンソテー ほうれん草ごま和え【ほうれん草和え物】 しそわかめ【昆布佃煮】	御飯 白身魚の梅煮 リヨネーズポテト【ポトフ】 冷奴 ゆずみそ
	エネルギー: 551 蛋白質: 21 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 540 蛋白質: 22 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 580 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 3
9月5日(水) 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【茄子の炒め煮】 ふりかけ【白桃缶】 牛乳	御飯 鯖の立田揚げ 白菜のたらこ炒め ところてんの酢醤油かけ 巨峰【ぶどうゼリー】	御飯 牛肉のトマトソース煮 うの花炒り【長芋の煮物】 コールスローサラダ 奈良漬【昆布ちりめん】 
	エネルギー: 477 蛋白質: 14 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 587 蛋白質: 21 脂質: 16 塩分相当量: 3	エネルギー: 623 蛋白質: 21 脂質: 19 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。