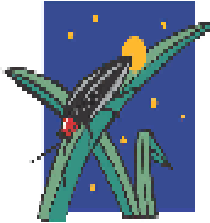
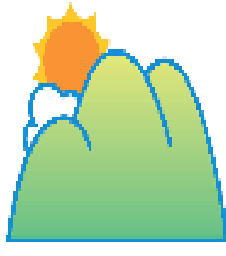


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
6月9日(木) 	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【カリフラワーの煮物】 甘口たらこ【パンプキンサラダ】 牛乳	御飯 焼肉 キャベツの中華煮 胡瓜の酢の物 フルーチェ 	御飯 白身魚の野菜あんかけ うの花炒り【里芋の煮物】 いんげんのごまよごし【いんげん和え物】 のり豆【黄桃缶】
	エネルギー: 528 蛋白質: 24 脂質: 10 塩分相当量: 4	エネルギー: 580 蛋白質: 22 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 563 蛋白質: 28 脂質: 12 塩分相当量: 3
6月10日(金) 	麦飯 味噌汁 ひじきの炒め煮 うめびしお 牛乳	御飯 タイのピカタ 豆腐とトマトの炒め物 もみじ和え デラウェア【ぶどうゼリー】	御飯 鶏肉の酢醤油煮 茄子のしき`焼き ブロッコリーのおかか和え えびのり佃煮【みかん缶】
	エネルギー: 478 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 673 蛋白質: 31 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 564 蛋白質: 24 脂質: 14 塩分相当量: 3
6月11日(土) 	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 ふりかけ【洋梨缶】 牛乳	御飯 豚肉の生姜焼 ふきのまさご煮【大根の煮物】 コールスローサラダ 葉わさび漬【ゆずみそ】	御飯 銀だらのオーロラソースかけ にんにくの芽炒め【野菜のソテー】 白菜の甘酢和え キウイフルーツ【リンゴゼリー】
	エネルギー: 479 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 520 蛋白質: 24 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 679 蛋白質: 21 脂質: 27 塩分相当量: 2
6月12日(日) 	チョコロールパン オニオンスープ オムレツ アセロラゼリー 牛乳	御飯 さんまの塩焼き ポトフ 胡瓜の和え物 京わかめ【リンゴ缶】 	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: 548 蛋白質: 20 脂質: 11 塩分相当量: 2	エネルギー: 646 蛋白質: 22 脂質: 23 塩分相当量: 3	エネルギー: 523 蛋白質: 21 脂質: 13 塩分相当量: 3
6月13日(月) 	麦飯 味噌汁 いんげんの甘辛煮 子持ち昆布【ポテトサラダ】 牛乳	御飯 牛肉のサラダ 五目煮豆 ピーマンの炒め物 オレンジ【オレンジゼリー】	御飯 白身魚のゆかり焼き きのこ炒め煮【茄子の炒め煮】 もやしのナムル【胡瓜のナムル】 桜漬【白桃缶】
	エネルギー: 471 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 687 蛋白質: 26 脂質: 25 塩分相当量: 2	エネルギー: 511 蛋白質: 25 脂質: 11 塩分相当量: 3
6月14日(火) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 味付けのり【めかぶ佃煮】 牛乳	御飯 鮭のムニエル 金平ごぼう【大根の煮物】 キャベツのわさびじょうゆ和え たくあん漬け【ビワ缶】	御飯 鶏肉の甘酢あんからめ 春雨の中華炒め ちしゃのサラダ【トマトのサラダ】 うにくらげ【たいみそ】
	エネルギー: 532 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 605 蛋白質: 26 脂質: 16 塩分相当量: 3	エネルギー: 571 蛋白質: 21 脂質: 15 塩分相当量: 4
6月15日(水) 	麦飯 味噌汁 しらたきの金平【長芋の煮物】 福神漬(無着色)【洋梨缶】 牛乳	カレーライス かき卵スープ ツナサラダ メロン【いちごゼリー】 	御飯 白身魚の梅肉ソースかけ 大学芋【さつま芋の煮物】 高野豆腐の煮物 昆布ちりめん【のり佃】
	エネルギー: 486 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 653 蛋白質: 20 脂質: 19 塩分相当量: 3	エネルギー: 607 蛋白質: 23 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。