

		8月24日 (月)	8月25日 (火)	8月26日 (水)	8月27日 (木)	8月28日 (金)	8月29日 (土)	8月30日 (日)
朝食		ご飯 味噌汁 (寒天・えのき) 磯卵焼き 小松菜のしらす和え ゆず味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 (菜の花・椎茸) 切干大根煮 チンゲン菜のユカリ和え ぶりかけ 牛乳	A：ご飯・のり佃煮 B：かぼちゃパン・チーズ コッスル-フ (玉葱・赤ピーマン) おムツマトソースかけ キャベツのピーナツ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 (玉葱・油揚げ) 刻み昆布とさつま煮 白菜のゆかり和え ぶりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 (トコ・絹さや) 納豆 小松菜のお浸し たくあん 牛乳	ご飯 味噌汁 (もやし・しめじ) シュウマイ チンゲン菜のツナ和え たい味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 (にら・ハクサイ) えび団子の煮物 大根サラダ 梅びしお 牛乳
	昼食	A：ミートスパゲティ B：ご飯 味噌汁 (あさり・葱) 白身魚のムニエル ソーセージソテー キャベツのソーザ-サラダ フルーツ (バナナ)	ご飯 味噌汁 (あさり・葱) 鶏肉のパン粉焼き 白菜と竹輪の煮物 春雨サラダ フルーツ (みかん)	ご飯 味噌汁 (にら・はんぺん) 赤魚ゆず風味照り焼き 里芋の甘味噌かけ 菜の花の梅しそマヨ和え フルーツ (りんご)	チキンピラフ コッスル-フ (トマト・セロリ) 豆腐ハクサイ-グ あんかけ かぼちゃグラタン めんとかまのサラダ 茶碗蒸し フルーツ杏仁	ご飯 味噌汁 (芋・いんげん) 野菜オムレツ がんもの煮物 菜の花とカブの和え物 フルーツ (キウイ)	A：夏野菜のカレー 福神漬・らっきょう B：ご飯 味噌汁 (イガサ・豆麩) 鮭の味噌焼き えんどうのバター炒め 胡瓜の塩昆布和え フルーツ (マンゴー)	ご飯 味噌汁 (糸寒天・若布) 鶏肉マ-レード 焼き つきコニャク炒り煮 長芋のサラダ フルーツ (パイナップル)
おやつ	白桃羊羹 麦茶	やわらかおかき 麦茶	たいやき (苺) ほうじ茶	レアストロベリーケーキ りんごジュース	和のパンケーキ (抹茶) 緑茶	シュークリーム 緑茶	はちみつレモンゼリー ほうじ茶	
夕食		ご飯 味噌汁 (サツ揚げ・葉大根) 豚肉オイスター炒め アスパラのソテー 長芋の梅和え	ご飯 味噌汁 (トコ・キャベツ) 白身魚の香草焼き ほうれん草のソテー アスパラの味噌マヨサラダ	ご飯 味噌汁 (かぶ・葉大根) 鶏のから揚げ葱ソース 生揚げと茄子の煮物 たくあんと胡瓜の胡麻和え	ご飯 味噌汁 (ナメコ・葉大根) えび卵とじ さつま芋の煮物 みぞれ和え	ご飯 味噌汁 (チゲソ菜・麩) 豚肉の香味炒め ブロッコリーのソテー炒め えのき茸の磯和え	ご飯 味噌汁 (豆腐・三つ葉) ホッケの塩焼き じゃが芋とハムのソテー 菜の花のお浸し	ご飯 味噌汁 (えのき・カウ) 豆腐の挽肉包み揚げ キャベツと任の煮物 白菜の胡麻マヨ和え
	A	エネルギー 1680 kcal たんぱく質 55.7 g 脂質 54.6 g 炭水化物 235.4 g 塩分 8.5 g	エネルギー 1476 kcal たんぱく質 58.8 g 脂質 45.8 g 炭水化物 205.4 g 塩分 7 g	エネルギー 1653 kcal たんぱく質 59.8 g 脂質 49.2 g 炭水化物 237.1 g 塩分 7 g	エネルギー 1830 kcal たんぱく質 62.9 g 脂質 51.1 g 炭水化物 272.9 g 塩分 8.9 g	エネルギー 1549 kcal たんぱく質 59.5 g 脂質 57.2 g 炭水化物 192.8 g 塩分 7.5 g	エネルギー 1489 kcal たんぱく質 53.8 g 脂質 36.5 g 炭水化物 238.1 g 塩分 8.6 g	エネルギー 1596 kcal たんぱく質 51.1 g 脂質 57.5 g 炭水化物 217.1 g 塩分 6.9 g
B	エネルギー 1647 kcal たんぱく質 56.1 g 脂質 51.2 g 炭水化物 237.2 g 塩分 6.8 g		エネルギー 1683 kcal たんぱく質 64.9 g 脂質 57.2 g 炭水化物 222.7 g 塩分 7.5 g			エネルギー 1410 kcal たんぱく質 65.6 g 脂質 34.9 g 炭水化物 210.8 g 塩分 7.3 g		

※都合により、急遽メニューを一部変更する場合がございます。ご了承下さい。

