



メニュー表



	7月23日(日曜日)	7月24日(月曜日)	7月25日(火曜日)	7月26日(水曜日)	7月27日(木曜日)	7月28日(金曜日)	7月29日(土曜日)
朝食(和)	ご飯 じゃがいものそぼろ煮 青菜のお浸し 味噌汁	ご飯 野菜の中華煮 うの花サラダ 味噌汁	ご飯 じゃがいものクリーム煮 フルーツ 味噌汁 佃煮	ご飯 ジャーマンポテト コールスローサラダ 味噌汁 	ご飯 オムレツ マカロニサラダ 味噌汁 梅ソース	ご飯 ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 ベーコンエッグ ゴボウサラダ 味噌汁 佃煮
	I補肝 - 333kcal 炭水化物 70.4g 蛋白質 9.2g 脂質 2.1g 食塩当量 2.4g	I補肝 - 363kcal 炭水化物 70.7g 蛋白質 8.0g 脂質 5.2g 食塩当量 2.6g	I補肝 - 346kcal 炭水化物 71.2g 蛋白質 7.8g 脂質 3.6g 食塩当量 2.6g	I補肝 - 368kcal 炭水化物 67.2g 蛋白質 7.4g 脂質 8.0g 食塩当量 2.5g	I補肝 - 371kcal 炭水化物 68.3g 蛋白質 9.7g 脂質 6.6g 食塩当量 3.2g	I補肝 - 353kcal 炭水化物 67.2g 蛋白質 8.8g 脂質 5.5g 食塩当量 2.3g	I補肝 - 404kcal 炭水化物 66.7g 蛋白質 9.8g 脂質 11.3g 食塩当量 2.9g
朝食(洋)	丸ロール じゃがいものそぼろ煮 青菜のお浸し 牛乳	レーズンパン 野菜の中華煮 うの花サラダ 牛乳 	食パン/マーガリン じゃがいものクリーム煮 フルーツ 牛乳	メロンパン ジャーマンポテト コールスローサラダ 牛乳	食パン/ジャム オムレツ マカロニサラダ 牛乳	ショコラロール ハンバーグ ポテトサラダ 牛乳 	食パン/マーガリン ベーコンエッグ ゴボウサラダ 牛乳
	I補肝 - 404kcal 炭水化物 53.6g 蛋白質 15.6g 脂質 14.3g 食塩当量 1.9g	I補肝 - 413kcal 炭水化物 54.1g 蛋白質 12.8g 脂質 15.7g 食塩当量 1.9g	I補肝 - 487kcal 炭水化物 60.7g 蛋白質 16.1g 脂質 20.2g 食塩当量 1.5g	I補肝 - 481kcal 炭水化物 60.7g 蛋白質 13.0g 脂質 20.4g 食塩当量 1.7g	I補肝 - 503kcal 炭水化物 68.2g 蛋白質 18.8g 脂質 17.1g 食塩当量 1.9g	I補肝 - 447kcal 炭水化物 48.8g 蛋白質 15.3g 脂質 21.1g 食塩当量 1.3g	I補肝 - 547kcal 炭水化物 55.4g 蛋白質 18.4g 脂質 28.4g 食塩当量 1.8g
昼食	木の葉丼 春菊の煮浸し 金時豆 味噌汁 	ご飯 サワラの煮付け 添え野菜 茄子の煮物 かぼちゃの甘酢和え 味噌汁 	ご飯 挽肉包み揚げ 筍の煮物 ブロッコリーの香味和え 味噌汁	<ごちそうメニュー> ご飯 黒毛和牛ハンバーグ ほうれん草のソテー スープ フルーツ <通常メニュー> ご飯 和風ハンバーグ ほうれん草のソテー スープ フルーツ 	おにぎり おぼろうどん チンゲン菜の柚子香和え デザート 	南瓜と蓮根のカレー 野菜サラダ ヨーグルト 福神漬 	ご飯 いかキャベツカツ/コーソリ-ムロツク 添え野菜 かぶの煮物 吸物 フルーツ
	I補肝 - 423kcal 炭水化物 81.5g 蛋白質 15.2g 脂質 4.4g 食塩当量 3.8g	I補肝 - 435kcal 炭水化物 69.4g 蛋白質 19.5g 脂質 9.1g 食塩当量 2.5g	I補肝 - 525kcal 炭水化物 79.6g 蛋白質 13.0g 脂質 17.7g 食塩当量 2.9g	I補肝 - 412kcal 炭水化物 85.2g 蛋白質 10.7g 脂質 4.2g 食塩当量 3.7g	I補肝 - 548kcal 炭水化物 99.4g 蛋白質 10.0g 脂質 13.0g 食塩当量 2.7g	I補肝 - 496kcal 炭水化物 86.2g 蛋白質 11.0g 脂質 12.7g 食塩当量 2.7g	
夕食	ご飯 鶏肉の胡麻風味焼き 添え野菜 マカロニソテー 白菜の和え物 味噌汁	ご飯 えび入り玉子焼き 糸こんにゃくの金平 かぼちゃサラダ 味噌汁 	ご飯 豚肉の甘辛炒め ひじきの煮物 青菜のピ-ナツク和え 吸物 	ご飯 白身魚のタルタル焼き 添え野菜 さつま芋の煮物 切干のはりはり和え 味噌汁	ご飯 ポークチャップ ちくわの金平 三度豆の辛子和え 味噌汁	ご飯 豆腐のチャンプルー 冬瓜のくず煮 オクラの和え物 味噌汁 	ご飯 豚肉の柚子胡椒炒め 白菜のさっと煮 スパサラダ 味噌汁
	I補肝 - 549kcal 炭水化物 73.6g 蛋白質 22.4g 脂質 19.3g 食塩当量 3.1g	I補肝 - 517kcal 炭水化物 76.2g 蛋白質 16.4g 脂質 17.9g 食塩当量 3.7g	I補肝 - 553kcal 炭水化物 73.1g 蛋白質 15.4g 脂質 23.6g 食塩当量 2.4g	I補肝 - 501kcal 炭水化物 82.2g 蛋白質 18.4g 脂質 12.6g 食塩当量 2.6g	I補肝 - 592kcal 炭水化物 76.0g 蛋白質 18.4g 脂質 25.4g 食塩当量 3.3g	I補肝 - 413kcal 炭水化物 73.9g 蛋白質 13.6g 脂質 8.3g 食塩当量 3.3g	I補肝 - 614kcal 炭水化物 74.6g 蛋白質 16.5g 脂質 29.3g 食塩当量 3.0g

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。

