



メニュー表 敬老の日



	9月15日(日曜日)	9月16日(月曜日)	9月17日(火曜日)	9月18日(水曜日)	9月19日(木曜日)	9月20日(金曜日)	9月21日(土曜日)
朝食	ジャムパン マカロニのトマト仕立て さつまいもサラダ ジュース 	くるみロール ベーコンポテト ほうれん草の煮浸し 牛乳	ショコラロール キャベツのソテー ^{牛乳} 	ロールパン ベーコンエッグ ブロッコリーの煮浸し スープ	レーズンパン マカロニのトマト仕立て ほうれん草のソテー ^{牛乳}	黒糖ロールパン ハッシュドポテト 野菜のクリーム煮 牛乳 	りんごパン 高野豆腐の玉子とじ ジャーマンポテト 牛乳
	I群 - 391kcal 炭水化物 70.4g 蛋白質 7.3g 脂質 9.1g 食塩当量 0.8g	I群 - 384kcal 炭水化物 46.2g 蛋白質 12.8g 脂質 15.9g 食塩当量 1.9g	I群 - 422kcal 炭水化物 44.9g 蛋白質 13.3g 脂質 21.1g 食塩当量 1.2g	I群 - 268kcal 炭水化物 37.6g 蛋白質 9.3g 脂質 8.8g 食塩当量 3.1g	I群 - 427kcal 炭水化物 52.6g 蛋白質 13.3g 脂質 17.9g 食塩当量 1.3g	I群 - 399kcal 炭水化物 52.1g 蛋白質 12.7g 脂質 15.4g 食塩当量 1.7g	I群 - 439kcal 炭水化物 59.3g 蛋白質 15.7g 脂質 16.2g 食塩当量 1.9g
昼食	カツカレー キャベツのサラダ フルーツ 福神漬 	<敬老の日> 赤飯 天ぷら盛合せ／抹茶塩 炊き合わせ 紅白なます 赤だし 	<十五夜> おにぎり 月見うどん 春菊の和え物 和菓子 	炊き込みご飯 サワラの幽庵焼き 添え野菜 切干大根の煮物 胡瓜の酢の物 吸物 	ご飯 牛肉とごぼうの時雨煮 高菜ビーフン オクラの和え物 味噌汁	中華丼 チンゲン菜の和え物 スープ 抹茶寒天	ご飯 焼肉風炒め 小松菜のさっと煮 大根サラダ 味噌汁
	I群 - 673kcal 炭水化物 102.3g 蛋白質 15.0g 脂質 22.8g 食塩当量 3.3g	I群 - 535kcal 炭水化物 92.3g 蛋白質 16.8g 脂質 12.2g 食塩当量 2.9g	I群 - 422kcal 炭水化物 80.1g 蛋白質 15.0g 脂質 5.7g 食塩当量 2.9g	I群 - 464kcal 炭水化物 72.6g 蛋白質 19.5g 脂質 11.1g 食塩当量 2.6g	I群 - 521kcal 炭水化物 84.7g 蛋白質 15.2g 脂質 15.6g 食塩当量 3.1g	I群 - 486kcal 炭水化物 76.3g 蛋白質 11.4g 脂質 16.0g 食塩当量 3.2g	I群 - 494kcal 炭水化物 71.3g 蛋白質 13.9g 脂質 18.9g 食塩当量 2.8g
夕食	ご飯 サバの煮つけ 添え野菜 糸こんにゃくの炒め煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁	ご飯 豆腐のチャンプルー 白菜の煮浸し ひじきのサラダ 味噌汁 	ご飯 豚肉のオイスター炒め 冬瓜の煮物 ごぼうサラダ 味噌汁 	ご飯 親子煮 ちくわの金平 青菜の胡麻和え 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ 添え野菜 さつま芋の甘煮 三度豆の和え物 スープ	ご飯 千草焼き レンコンの金平 キャベツのおかか和え 味噌汁	ご飯 白身魚のムニエル 添え野菜 がんも煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁
	I群 - 457kcal 炭水化物 67.3g 蛋白質 22.1g 脂質 12.8g 食塩当量 3.2g	I群 - 441kcal 炭水化物 70.5g 蛋白質 15.1g 脂質 12.0g 食塩当量 3.7g	I群 - 578kcal 炭水化物 80.2g 蛋白質 15.6g 脂質 23.0g 食塩当量 3.4g	I群 - 508kcal 炭水化物 75.5g 蛋白質 22.9g 脂質 13.8g 食塩当量 3.6g	I群 - 530kcal 炭水化物 90.9g 蛋白質 13.6g 脂質 16.3g 食塩当量 3.9g	I群 - 473kcal 炭水化物 78.7g 蛋白質 18.3g 脂質 10.4g 食塩当量 3.6g	I群 - 488kcal 炭水化物 71.5g 蛋白質 21.1g 脂質 15.0g 食塩当量 3.5g

※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。