



メニュー表



	9月10日(日曜日)	9月11日(月曜日)	9月12日(火曜日)	9月13日(水曜日)	9月14日(木曜日)	9月15日(金曜日)	9月16日(土曜日)
朝食	カスタードロール ベーコンポテト ブロッコリーの煮浸し シュース 	ストロベリーツイスト 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ 牛乳	くるみロール 切干大根煮 ほうれん草の煮浸し 牛乳 	ショコラロール ハッシュドポテト 春雨の中華風 スープ	ロールパン オムレツ 野菜のクリーム煮 牛乳 	レーズンパン ほうれん草のソテー 高野豆腐の玉子とじ 牛乳	黒糖ロールパン ス克蘭ブルエッグ ジャーマンポテト 牛乳 
	I補給 - 364kcal 炭水化物 57.1g 蛋白質 8.8g 脂質 11.2g 食塩当量 1.4g	I補給 - 426kcal 炭水化物 52.6g 蛋白質 13.8g 脂質 17.4g 食塩当量 1.3g	I補給 - 371kcal 炭水化物 45.7g 蛋白質 13.0g 脂質 14.7g 食塩当量 1.9g	I補給 - 349kcal 炭水化物 44.4g 蛋白質 6.8g 脂質 16.1g 食塩当量 3.1g	I補給 - 408kcal 炭水化物 48.4g 蛋白質 16.0g 脂質 16.4g 食塩当量 1.9g	I補給 - 408kcal 炭水化物 50.0g 蛋白質 15.2g 脂質 16.0g 食塩当量 1.6g	I補給 - 443kcal 炭水化物 50.8g 蛋白質 15.4g 脂質 19.7g 食塩当量 1.7g
昼食	ご飯 肉団子の中華煮 厚揚げのネギだれがけ 春菊の和え物 味噌汁 	木の葉丼 キャベツの和え物 金時豆 味噌汁 	ご飯 タラの酒蒸し 添え ひじきの煮物 サラダ 味噌汁	ちらし寿司 白和え 赤だし デザート 	ご飯 チーズはんぺんフライ/コロケ 添え野菜 ごぼうの煮物 もやしの和え物 味噌汁 	海老チャーハン 茄子の煮物 マカロニサラダ スープ	おにぎり にゅうめん かきあげ フルーツ 
	I補給 - 447kcal 炭水化物 69.1g 蛋白質 15.9g 脂質 12.7g 食塩当量 4.3g	I補給 - 410kcal 炭水化物 79.5g 蛋白質 14.4g 脂質 4.4g 食塩当量 3.9g	I補給 - 422kcal 炭水化物 71.2g 蛋白質 20.0g 脂質 5.5g 食塩当量 4.3g	I補給 - 472kcal 炭水化物 95.3g 蛋白質 11.4g 脂質 5.1g 食塩当量 3.7g	I補給 - 496kcal 炭水化物 86.6g 蛋白質 11.3g 脂質 12.6g 食塩当量 3.4g	I補給 - 456kcal 炭水化物 76.8g 蛋白質 13.3g 脂質 10.5g 食塩当量 4.0g	I補給 - 444kcal 炭水化物 79.7g 蛋白質 9.7g 脂質 10.5g 食塩当量 4.5g
夕食	ご飯 白身魚のタルタル焼き 添え野菜 さつま芋の甘煮 春雨の和え物 吸物	ご飯 すき焼き煮 高菜ピーマン 小松菜の和え物 味噌汁 	ご飯 海老団子とかぶの煮物 ちくわの甘辛煮 三度豆の辛子和え 味噌汁 	ご飯 豆腐のチャンプルー 肉団子 ほうれん草のピリナツ和え 味噌汁 	ご飯 サワラの山椒焼き 添え野菜 南瓜の煮物 切干のはりはり和え 味噌汁 	ご飯 豚肉の味噌炒め 大根のくず煮 青菜の和え物 吸物 	ご飯 かに玉風 じゃがいもの煮物 オクラのゆかり和え 味噌汁 
	I補給 - 543kcal 炭水化物 83.8g 蛋白質 17.9g 脂質 16.9g 食塩当量 2.2g	I補給 - 541kcal 炭水化物 76.2g 蛋白質 18.5g 脂質 19.3g 食塩当量 3.3g	I補給 - 421kcal 炭水化物 76.8g 蛋白質 12.9g 脂質 7.3g 食塩当量 3.8g	I補給 - 498kcal 炭水化物 75.5g 蛋白質 21.7g 脂質 12.9g 食塩当量 3.4g	I補給 - 492kcal 炭水化物 78.7g 蛋白質 20.7g 脂質 11.5g 食塩当量 2.7g	I補給 - 534kcal 炭水化物 71.9g 蛋白質 15.2g 脂質 21.8g 食塩当量 2.4g	I補給 - 430kcal 炭水化物 77.5g 蛋白質 13.7g 脂質 8.2g 食塩当量 3.8g

※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。



メニュー表

敬老の日



	9月17日(日曜日)	9月18日(月曜日)	9月19日(火曜日)	9月20日(水曜日)	9月21日(木曜日)	9月22日(金曜日)	9月23日(土曜日)
朝食	あんぱん マカロニのトマト仕立て 菜の花のソテー ジュース 	うずまきクリームパン 豆腐ハンバーグ 小松菜の煮浸し 牛乳	丸ロール 野菜オムレツ ポテトサラダ 牛乳 	カスタードロール ベーコンポテト ほうれん草の煮浸し スープ	ストロベリーツイスト ベーコンエッグ じゃがいものそぼろ煮 牛乳	くるみロール 切干大根煮 ブロッコリーの煮浸し 牛乳 	ショコラロール マカロニのトマト仕立て 菜の花のソテー 牛乳 
	I補給 - 397kcal 炭水化物 79.6g 蛋白質 10.5g 脂質 4.2g 食塩当量 1.2g	I補給 - 404kcal 炭水化物 43.7g 蛋白質 15.2g 脂質 18.3g 食塩当量 1.6g	I補給 - 421kcal 炭水化物 49.8g 蛋白質 15.0g 脂質 17.7g 食塩当量 1.7g	I補給 - 294kcal 炭水化物 40.2g 蛋白質 7.7g 脂質 11.3g 食塩当量 2.7g	I補給 - 431kcal 炭水化物 53.9g 蛋白質 15.1g 脂質 16.9g 食塩当量 1.3g	I補給 - 369kcal 炭水化物 45.6g 蛋白質 13.0g 脂質 14.5g 食塩当量 2.0g	I補給 - 410kcal 炭水化物 49.6g 蛋白質 14.6g 脂質 17.4g 食塩当量 1.4g
昼食	ご飯 鶏肉の香草焼き 添え野菜 高野煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁 	<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 	味噌麻婆かぶら丼 チンゲン菜の和え物 スープ フルーツ 	ご飯 牛肉とごぼうの時雨煮 白菜の煮浸し 春雨の酢の物 味噌汁 	おにぎり ちゃんぽん ギョーザ パインムース 	ご飯 とり天 茄子の煮物 三度豆の和え物 味噌汁 	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ビーフンソテー ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 
	I補給 - 506kcal 炭水化物 63.6g 蛋白質 24.3g 脂質 17.9g 食塩当量 3.0g	I補給 - 535kcal 炭水化物 92.3g 蛋白質 16.8g 脂質 12.2g 食塩当量 2.9g	I補給 - 406kcal 炭水化物 75.5g 蛋白質 15.6g 脂質 5.1g 食塩当量 3.2g	I補給 - 475kcal 炭水化物 85.1g 蛋白質 15.3g 脂質 9.7g 食塩当量 3.2g	I補給 - 562kcal 炭水化物 89.5g 蛋白質 16.7g 脂質 17.2g 食塩当量 3.9g	I補給 - 524kcal 炭水化物 81.9g 蛋白質 21.2g 脂質 12.6g 食塩当量 3.5g	I補給 - 463kcal 炭水化物 75.6g 蛋白質 19.7g 脂質 10.2g 食塩当量 3.4g
夕食	ご飯 赤魚の煮つけ 添え野菜 がんも煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 	ご飯 焼肉炒め 冬瓜の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁 	ご飯 豆腐のオニオンソース 糸こんにゃくの炒め煮 オクラの塩昆布和え 味噌汁 	ご飯 親子煮 切干大根の煮物 青菜の胡麻和え 吸物	ご飯 煮込みハンバーグ 添え野菜 さつま芋の甘煮 カリフラワーサラダ スープ 	ご飯 スパニッシュオムレツ 添え野菜 ごぼうの金平 白菜のおかか和え 味噌汁 	ご飯 豚肉のうま塩炒め 小松菜のさっと煮 大根サラダ 味噌汁
	I補給 - 406kcal 炭水化物 69.8g 蛋白質 20.3g 脂質 5.4g 食塩当量 3.3g	I補給 - 529kcal 炭水化物 74.9g 蛋白質 14.3g 脂質 21.2g 食塩当量 3.1g	I補給 - 521kcal 炭水化物 76.5g 蛋白質 17.2g 脂質 17.8g 食塩当量 3.0g	I補給 - 464kcal 炭水化物 73.9g 蛋白質 19.2g 脂質 11.1g 食塩当量 2.8g	I補給 - 555kcal 炭水化物 92.6g 蛋白質 13.8g 脂質 18.3g 食塩当量 3.7g	I補給 - 472kcal 炭水化物 79.0g 蛋白質 14.8g 脂質 12.5g 食塩当量 3.3g	I補給 - 534kcal 炭水化物 68.8g 蛋白質 15.4g 脂質 23.3g 食塩当量 3.1g

※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。



メニュー表



	9月24日(日曜日)	9月25日(月曜日)	9月26日(火曜日)	9月27日(水曜日)	9月28日(木曜日)	9月29日(金曜日)	9月30日(土曜日)
朝食	ロールパン ハッシュドポテト 春雨の中華風 ジュース	レーズンパン ほうれん草のソテー 高野豆腐の玉子とじ 牛乳 	黒糖ロールパン オムレツ 野菜のクリーム煮 牛乳	りんごパン スクランブルエッグ ジャーマンポテト スープ 	うずまきクリームパン ベーコンポテト 小松菜の煮浸し 牛乳	丸ロール 野菜オムレツ ポテトサラダ 牛乳	カスタードロール 豆腐ハンバーグ ブロッコリーの煮浸し 牛乳
	I補給 - 401kcal 炭水化物 63.5g 蛋白質 8.0g 脂質 12.8g 食塩当量 2.1g	I補給 - 408kcal 炭水化物 50.0g 蛋白質 15.2g 脂質 16.0g 食塩当量 1.6g	I補給 - 392kcal 炭水化物 49.9g 蛋白質 16.0g 脂質 14.0g 食塩当量 1.8g	I補給 - 358kcal 炭水化物 51.2g 蛋白質 9.1g 脂質 13.8g 食塩当量 3.1g	I補給 - 406kcal 炭水化物 46.4g 蛋白質 13.6g 脂質 18.2g 食塩当量 1.6g	I補給 - 421kcal 炭水化物 49.8g 蛋白質 15.0g 脂質 17.7g 食塩当量 1.7g	I補給 - 419kcal 炭水化物 45.8g 蛋白質 15.7g 脂質 18.9g 食塩当量 1.6g
昼食	ご飯 揚げだし豆腐 ちくわの甘辛煮 キャベツの和え物 味噌汁 	中華丼 肉団子 もやしのとえ物 スープ 	カニ風ちらし寿司 がんも煮 赤だし デザート 	＜ごちそうメニュー＞ 豚の角煮カレー コールスローサラダ フルーツヨーグルト 福神漬  ＜通常メニュー＞ カレーライス コールスローサラダ フルーツヨーグルト 福神漬 	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き 添え野菜 大根の煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え 味噌汁 	＜十五夜＞ おにぎり 月見うどん オクラの和え物 和菓子 	ご飯 メンチカツ 添え野菜 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 フルーツ
	I補給 - 525kcal 炭水化物 75.6g 蛋白質 18.4g 脂質 17.6g 食塩当量 3.0g	I補給 - 537kcal 炭水化物 74.7g 蛋白質 18.3g 脂質 19.2g 食塩当量 4.0g	I補給 - 484kcal 炭水化物 94.7g 蛋白質 12.6g 脂質 5.9g 食塩当量 4.4g	I補給 - 479kcal 炭水化物 80.2g 蛋白質 17.9g 脂質 10.4g 食塩当量 3.6g	I補給 - 478kcal 炭水化物 67.2g 蛋白質 18.2g 脂質 17.1g 食塩当量 3.1g	I補給 - 422kcal 炭水化物 80.8g 蛋白質 14.7g 脂質 5.5g 食塩当量 3.0g	I補給 - 553kcal 炭水化物 90.5g 蛋白質 16.3g 脂質 14.9g 食塩当量 3.2g
夕食	ご飯 ミートボールのクリーム煮 粉ふき芋の青のり和え 春菊の和え物 味噌汁 	ご飯 ブリの利休焼き 添え野菜 ひじきの煮物 青菜のお浸し 吸物 	ご飯 ロールキャベツのトマト煮 南瓜の煮物 マカロニサラダ スープ 	ご飯 干草焼き レンコンの金平 三度豆の胡麻和え 味噌汁 	ご飯 豚肉のさっぱり煮 白菜の含め煮 春雨の和え物 味噌汁	ご飯 筑前煮 高菜ビーフン 青菜のおかか和え 味噌汁 	ご飯 サワラの味噌漬焼き 添え 切干大根の煮物 胡瓜とワカメの酢の物 吸物 
	I補給 - 438kcal 炭水化物 81.4g 蛋白質 14.8g 脂質 7.1g 食塩当量 3.3g	I補給 - 488kcal 炭水化物 67.2g 蛋白質 20.9g 脂質 17.1g 食塩当量 2.8g	I補給 - 470kcal 炭水化物 89.7g 蛋白質 11.8g 脂質 8.4g 食塩当量 2.6g	I補給 - 479kcal 炭水化物 80.2g 蛋白質 17.9g 脂質 10.4g 食塩当量 3.6g	I補給 - 556kcal 炭水化物 76.2g 蛋白質 15.2g 脂質 22.5g 食塩当量 2.8g	I補給 - 475kcal 炭水化物 81.6g 蛋白質 17.0g 脂質 10.4g 食塩当量 2.8g	I補給 - 433kcal 炭水化物 74.4g 蛋白質 19.1g 脂質 6.9g 食塩当量 2.7g

※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。