



# メニュー表



	7月21日(日曜日)	7月22日(月曜日)	7月23日(火曜日)	7月24日(水曜日)	7月25日(木曜日)	7月26日(金曜日)	7月27日(土曜日)
朝食	レーズンパン ハッシュドポテト 野菜のクリーム煮 ジュース	黒糖ロールパン 高野豆腐の玉子とじ かぼちゃサラダ 牛乳	りんごパン スクランブルエッグ ジャーマンポテト 牛乳	うずまきクリームパン マカロニのトマト仕立て ほうれん草のソテー スープ	ロールパン キャベツのソテー さつまいもサラダ 牛乳	カスタードロール 豆腐ハンバーグ ほうれん草の煮浸し 牛乳	ジャムパン 野菜オムレツ ベーコンポテト 牛乳
	I補給 - 388kcal 炭水化物 68.4g 蛋白質 6.9g 脂質 10.0g 食塩当量 1.4g	I補給 - 387kcal 炭水化物 50.1g 蛋白質 15.1g 脂質 13.9g 食塩当量 1.5g	I補給 - 473kcal 炭水化物 58.6g 蛋白質 14.8g 脂質 20.7g 食塩当量 1.9g	I補給 - 295kcal 炭水化物 34.5g 蛋白質 8.2g 脂質 13.8g 食塩当量 2.3g	I補給 - 427kcal 炭水化物 50.5g 蛋白質 13.6g 脂質 18.7g 食塩当量 1.5g	I補給 - 407kcal 炭水化物 44.9g 蛋白質 15.0g 脂質 18.3g 食塩当量 1.5g	I補給 - 415kcal 炭水化物 52.5g 蛋白質 13.5g 脂質 16.3g 食塩当量 1.5g
昼食	木の葉丼 春菊の煮浸し 金時豆 味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き 添え野菜 糸こんにゃくの金平 ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 鶏の唐揚げ 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> 炊き込みご飯 鰻のぶっかけとろろ素麺 フルーツ	ご飯 海老ミックスフライ 添え野菜 れんこんの煮物 スープ デザート	カレーライス ごぼうサラダ ヨーグルト 福神漬	ご飯 ミートローフ 添え野菜 サラダ スープ フルーツ
	I補給 - 453kcal 炭水化物 88.5g 蛋白質 15.6g 脂質 4.5g 食塩当量 3.8g	I補給 - 461kcal 炭水化物 71.9g 蛋白質 24.0g 脂質 9.2g 食塩当量 2.7g	I補給 - 755kcal 炭水化物 90.5g 蛋白質 21.1g 脂質 34.2g 食塩当量 3.9g	<通常メニュー> 炊き込みご飯 豚肉のうま塩炒め 味噌汁 フルーツ	I補給 - 667kcal 炭水化物 98.9g 蛋白質 12.1g 脂質 25.4g 食塩当量 3.5g	I補給 - 526kcal 炭水化物 100.1g 蛋白質 9.7g 脂質 10.1g 食塩当量 2.7g	I補給 - 578kcal 炭水化物 87.0g 蛋白質 22.8g 脂質 16.4g 食塩当量 2.9g
夕食	ご飯 豚肉の柚子胡椒炒め マカロニソテー 白菜の和え物 味噌汁	ご飯 マーボー豆腐 茄子の煮物 かっぱの明太和え スープ	ご飯 厚揚げの野菜炒め ひじきの煮物 青菜のピ-ナツ和え 味噌汁	ご飯 えび入り玉子焼き ちくわの金平 三度豆の辛子和え 味噌汁	ご飯 サワラの西京焼き 添え野菜 南瓜の煮物 切干のはりはり和え 吸物	ご飯 鶏肉の胡麻風味焼き 添え野菜 冬瓜のくず煮 オクラの和え物 味噌汁	ご飯 豚肉のオイスター炒め 白菜のさっと煮 スパサラダ 味噌汁
	I補給 - 590kcal 炭水化物 84.0g 蛋白質 16.6g 脂質 22.2g 食塩当量 3.0g	I補給 - 531kcal 炭水化物 78.2g 蛋白質 18.7g 脂質 16.0g 食塩当量 3.3g	I補給 - 483kcal 炭水化物 82.6g 蛋白質 14.3g 脂質 12.3g 食塩当量 2.9g	I補給 - 484kcal 炭水化物 79.1g 蛋白質 19.7g 脂質 10.8g 食塩当量 3.7g	I補給 - 519kcal 炭水化物 88.8g 蛋白質 20.8g 脂質 10.0g 食塩当量 2.3g	I補給 - 555kcal 炭水化物 75.7g 蛋白質 22.1g 脂質 19.2g 食塩当量 3.0g	I補給 - 608kcal 炭水化物 80.9g 蛋白質 15.8g 脂質 26.1g 食塩当量 3.4g

※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。