



# メニュー表



	9月22日(日曜日)	9月23日(月曜日)	9月24日(火曜日)	9月25日(水曜日)	9月26日(木曜日)	9月27日(金曜日)	9月28日(土曜日)
朝食	うずまきクリームパン スクランブルエッグ かぼちゃサラダ ジュース 	ロールパン オムレツ 春雨の中華風 牛乳	カスタードロール ベーコンエッグ ポテトサラダ 牛乳 	ジャムパン キャベツのソテー ベーコンポテト スープ	くるみロール マカロニのトマト仕立て ほうれん草の煮浸し 牛乳 	ショコラロール 豆腐ハンバーグ さつまいもサラダ 牛乳	ロールパン 野菜オムレツ ブロッコリーの煮浸し 牛乳 
	I補給 - 393kcal 炭水化物 55.0g 蛋白質 9.0g 脂質 15.8g 食塩当量 1.0g	I補給 - 423kcal 炭水化物 50.7g 蛋白質 15.2g 脂質 17.4g 食塩当量 2.4g	I補給 - 431kcal 炭水化物 46.1g 蛋白質 14.1g 脂質 21.1g 食塩当量 1.2g	I補給 - 295kcal 炭水化物 43.3g 蛋白質 6.9g 脂質 10.2g 食塩当量 2.6g	I補給 - 368kcal 炭水化物 45.4g 蛋白質 12.7g 脂質 14.5g 食塩当量 1.7g	I補給 - 458kcal 炭水化物 51.3g 蛋白質 14.8g 脂質 21.3g 食塩当量 1.2g	I補給 - 379kcal 炭水化物 45.7g 蛋白質 14.9g 脂質 14.8g 食塩当量 2.0g
昼食	ご飯 鶏の唐揚げ 冬瓜の煮物 春菊の和え物 味噌汁 	紫蘇の実散らし寿司 茄子の煮浸し 赤だし 一口和菓子	ハヤシライス 野菜サラダ フルーツ寒天 福神漬	<ごちそうメニュー> あなご丼 春菊の和え物 赤だし 漬物 	おにぎり 冷やし中華 チンゲン菜のお浸し デザート 	木の葉丼 ひじきの煮物 三度豆の胡麻和え 吸物 	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 - 707kcal 炭水化物 83.7g 蛋白質 18.8g 脂質 32.8g 食塩当量 3.9g	I補給 - 461kcal 炭水化物 94.1g 蛋白質 9.6g 脂質 4.7g 食塩当量 3.8g	I補給 - 648kcal 炭水化物 93.2g 蛋白質 14.2g 脂質 26.2g 食塩当量 3.3g	<通常メニュー> ご飯 豚肉のうま塩炒め 春菊の和え物 赤だし 漬物	I補給 - 462kcal 炭水化物 95.4g 蛋白質 12.9g 脂質 4.4g 食塩当量 4.0g	I補給 - 398kcal 炭水化物 73.2g 蛋白質 13.0g 脂質 6.5g 食塩当量 3.6g	I補給 - 598kcal 炭水化物 90.4g 蛋白質 16.1g 脂質 19.8g 食塩当量 3.2g
夕食	ご飯 ミートボールのクリーム煮 粉ふき芋の青のり風味 ブロッコリーサラダ スープ 	ご飯 豚肉のさっぱり煮 ごぼうの金平 マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 サワラの利休焼き 添え野菜 南瓜の煮物 青菜のお浸し 吸物 	ご飯 スパニッシュオムレツ 添え野菜 大根の煮物 春雨の和え物 味噌汁	ご飯 サバの塩焼き がんも煮 白菜のピリナツツ和え 味噌汁 	ご飯 筑前煮 ビーフソテー 青菜のおかか和え 味噌汁 	ご飯 白身魚のカレーマヨ焼き 添え野菜 切干大根の煮物 胡瓜とワカメの酢の物 吸物
	I補給 - 471kcal 炭水化物 82.7g 蛋白質 14.6g 脂質 10.0g 食塩当量 3.4g	I補給 - 625kcal 炭水化物 78.9g 蛋白質 15.7g 脂質 29.2g 食塩当量 2.6g	I補給 - 461kcal 炭水化物 74.3g 蛋白質 20.6g 脂質 10.3g 食塩当量 2.6g	I補給 - 493kcal 炭水化物 80.2g 蛋白質 13.4g 脂質 14.6g 食塩当量 3.4g	I補給 - 471kcal 炭水化物 61.6g 蛋白質 21.3g 脂質 17.1g 食塩当量 3.2g	I補給 - 493kcal 炭水化物 80.9g 蛋白質 17.0g 脂質 12.5g 食塩当量 3.0g	I補給 - 495kcal 炭水化物 69.8g 蛋白質 17.4g 脂質 17.6g 食塩当量 2.5g

※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。