

# Weekly menu III

# 9月

	9月11日(日)	9月12日(月)	9月13日(火)	9月14日(水)	9月15日(木)	9月16日(金)	9月17日(土)
和食	しんじょうの 野菜あんかけ いんげんのツナ和え ふりかけ ごはん	焼きししゃも 豆腐サラダ 香の物 ごはん 味噌汁	車麩の卵とじ 盛合せサラダ しらすおろし ごはん 味噌汁	海老と野菜の塩炒め マカロニサラダ ひじき煮 ごはん 味噌汁	つくねの照り焼き 彩り野菜サラダ 梅干し ごはん 味噌汁	かき玉生姜うどん コーンサラダ 竹輪と野菜の煮物	豆腐の包み揚げ 千切り野菜サラダ 香の物 ごはん 味噌汁
朝食には、コーヒーまたは紅茶がついております。							
洋食	モーニングプレート (オムレツ、ベーコン、サラダ) パン きのこのミルクスープ	目玉焼きとウインナー 豆腐サラダ パン コーンポタージュ	グリルチキン 盛合せサラダ パン コンソメスープ	スクランブルエッグ マカロニサラダ パン グリーンピースポタージュ	ツナマヨトースト 彩り野菜サラダ 大麦入り野菜スープ	ベイクドチーズポテト コーンサラダ パン トマトスープ	スパニッシュオムレツ 千切り野菜サラダ パン オニオンスープ
昼食	デザートの日 鱈のムニエル レモンクリームソース イタリアンサラダ ブイヨンスープ・パン チーズヨーグルトケーキ ブルーベリーソース	ベーコンとキャベツの ペペロンチーノパスタ トマトとクリームチーズ のサラダ ブイヨンスープ デザート	豚丼 冬瓜の蟹あんかけ オクラの茗荷和え 具沢山味噌汁	鴨南蛮そば 千草焼き わかめごはん デザート	チキンの香草焼き サラダ ごはん ブイヨンスープ デザート	ツナ・ハム・ポテトサラダ のサンドイッチ ニース風サラダ クラムチャウダー デザート	ホキの甘酢あんかけ 五目巾着の煮物 ほうれん草の辛子和え ごはん 味噌汁
夕食	ねぎとろ丼 くるみ豆腐 わけぎのぬた和え すまし汁	アジフライ 自家製タルタルソース 八幡巻の煮物 アスパラのピーナッツ和え ごはん 味噌汁	真鯛の塩焼き 筑前煮 なます ごはん 赤だし味噌汁	ハンバーグ デミグラスソース 蟹サラダ ライス オニオンスープ デザート	海老と舞茸のかき揚げ丼 いわしの梅煮 キャベツの青じそ和え 具沢山味噌汁	おいしい魚の日 戻り鰹のタタキとお刺身 野菜の炊き合わせ 胡瓜と湯葉の酢の物 ごはん 赤だし味噌汁	麻婆茄子 かに玉 ごはん わかめスープ デザート
日計	エネルギー 1502 kcal たんぱく質 74.4 g 脂質 50.1 g 食塩相当量 10.4 g	エネルギー 1723 kcal たんぱく質 75.9 g 脂質 58.4 g 食塩相当量 9.7 g	エネルギー 1551 kcal たんぱく質 73.9 g 脂質 47 g 食塩相当量 7.9 g	エネルギー 1742 kcal たんぱく質 67.1 g 脂質 59.6 g 食塩相当量 9.5 g	エネルギー 1575 kcal たんぱく質 65.7 g 脂質 50 g 食塩相当量 7.4 g	エネルギー 1513 kcal たんぱく質 73.2 g 脂質 50.0 g 食塩相当量 7.7 g	エネルギー 1657 kcal たんぱく質 64.5 g 脂質 60.2 g 食塩相当量 7.1 g

\*都合により献立を変更することがあります。  
感染症拡大防止にご協力をお願いします。