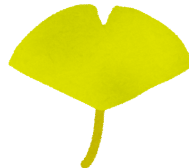




9月 Monthly Menu

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日	3日
				厚揚げと野菜の中華炒め 小 鉢	オムレツ&ハムソテー 小 鉢	あんかけ炒飯 小 鉢
				Rice & Soup	Bread & Soup	Soup
				E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
				564 20.5 14.0 3.4	547 18.1 21.0 4.7	657 21.3 17.9 4.6
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
	鰯の塩麹焼き 小 鉢	鶏肉のおろし煮 小 鉢	ベーコンエッグ 小 鉢	肉詰め稲荷と野菜の煮物 小 鉢	豆腐野菜バーグ &野菜ソテー 小 鉢	鶏肉の照焼 小 鉢
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	556 24.8 11.1 3.5	594 24.1 14.3 3.7	567 17.8 29.3 3.5	643 25.1 17.7 2.8	604 22.3 23.7 5.3	571 25.0 16.2 5.0
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
	赤魚の粕漬け焼き 小 鉢	ふんわり天と野菜の煮物 小 鉢	ミートボールのコーンシチュー 小 鉢	親子煮 小 鉢	ハッシュドポテト& ソーセージステーキ 小 鉢	鶏肉の甘辛焼き 小 鉢
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	465 24.5 5.2 3.3	581 17.3 10.1 4.6	690 19.9 30.2 3.7	605 25.7 15.4 3.9	750 20.7 28.1 4.7	570 25.6 15.3 2.9
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
		鯖のみりん醤油漬け焼き 小 鉢	目玉焼き& ミートボール 小 鉢	蒸し鶏と野菜の炒め物 小 鉢		鶏肉の葱醤油焼き 小 鉢
		Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup		Rice & Soup
		E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量
		454 18.3 3.1 3.2	601 19.0 29.7 3.9	542 28.5 10.3 3.5		699 28.6 23.2 4.2
25日	26日	27日	28日	29日	30日	
	鮭の塩焼き 小 鉢	肉豆腐 小 鉢	スクランブルエッグ& ベーコンソテー 小 鉢	鶏肉と白菜の中華煮 小 鉢	ウィンナーシチュー 小 鉢	
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup	Bread	
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	
	523 29.9 10.0 3.8	595 24.8 11.1 4.7	713 25.1 39.9 4.2	600 21.5 16.4 4.4	742 19.3 33.0 4.6	

夕食★ 9月 Monthly Menu

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日	3日
				ちらし寿司 小 鉢	白身魚の揚げ出し 野菜添え 小 鉢	ポークカレー 小 鉢
				Soup	Rice&Soup	Soup
				E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
				790 25.5 21.3 4.8	892 30.7 24.6 5.2	908 31.2 29.9 4.3
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
	豚肉とキャベツの ペペロンソテー 小 鉢	牛ごぼううどん 小 鉢	白身魚の チーズパン粉焼き 小 鉢	 信州 味噌だれ鶏天丼 小 鉢	ポークソテー 玉ねぎ酢ソース 小 鉢	ビーフカレー 小 鉢
	Rice&Soup	Rice	Rice&Soup		Rice&Soup	Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	801 35.0 18.8 6.4	947 29.7 25.4 9.5	847 33.4 17.8 5.2		1,022 39.2 39.5 5.2	925 28.2 34.0 5.8
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
	豚肉の生姜炒め 小 鉢	タンドリーチキン 小 鉢	 台湾まぜそば 小 鉢	鮭のガーリックペッパー焼き 小 鉢	豚肉の味噌バター炒め 小 鉢	ハヤシライス 小 鉢
	Rice&Soup	Rice&Soup		Rice&Soup	Rice&Soup	Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	978 26.8 43.6 5.6	937 37.9 39.4 5.1		722 34.5 19.0 4.6	1,152 33.8 57.0 6.8	1,012 29.0 40.9 6.2
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
		とんかつ 小 鉢	鯖の味噌煮 小 鉢	牛 丼 小 鉢		シーフードカレー 小 鉢
		Rice&Soup	Rice&Soup	Soup		Soup
		E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量
		949 31.8 29.8 5.1	1,034 35.0 39.7 4.6	957 32.7 40.8 5.2		792 22.5 19.5 4.7
25日	26日	27日	28日	29日	30日	
	ダッカルビ 小 鉢	 讃岐ラーメン 小 鉢	牛肉と豆もやしの 韓国風炒め 小 鉢		カレーの唐揚げ さっぱり葱ソース 小 鉢	
	Rice&Soup		Rice&Soup		Rice&Soup	
	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量	
	893 29.8 24.6 4.5		902 28.8 30.8 6.0		779 34.0 14.8 4.9	

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。あらかじめご了承ください。 ※お米は純国産米を使用しております。 ※E：エネルギー P：たんぱく質 F：脂質