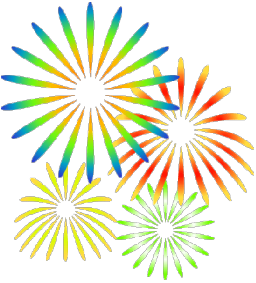
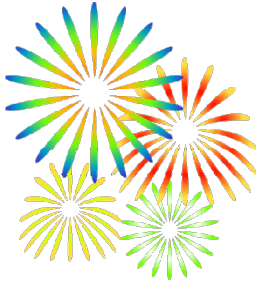


日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	ぶりの照り焼き 小 鉢	海鮮あんかけ豆腐 小 鉢	目玉焼き & フランクフルト 小 鉢	鶏肉のおろし煮 小 鉢	クリームシチュー 小 鉢	海老とたまごの 中華炒め 小 鉢
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup	Bread	Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	628 30.3 19.0 3.2	663 27.0 22.9 4.4	592 18.7 38.1 4.5	622 22.3 17.9 3.3	587 20.5 20.8 3.5	530 21.3 15.1 4.0
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	鮭の南部焼き 小 鉢	鶏肉とブロッコリーの 塩炒め 小 鉢	緑黄色野菜ポトフ 小 鉢	11日から15日はお休みです		
	Rice & 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			
	503 26.2 6.7 2.9	523 22.1 12.7 3.8	627 15.5 29.9 3.5			
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
		鰯の塩焼き 小 鉢	スクランブルエッグ & ミニチキン 小 鉢	イカのみりん焼き 小 鉢	ハッシュドポテト & ミートボール 小 鉢	海老団子と 白菜の中華煮 小 鉢
		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
		525 25.3 9.9 3.4	480 20.0 25.4 3.4	481 21.4 6.7 2.9	787 18.0 38.9 4.9	603 21.0 13.9 4.9
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
	鯖の西京焼き 小 鉢	甘辛肉団子 & 野菜炒め 小 鉢	ロールキャベツ 小 鉢	鶏肉の柚子胡椒焼き 小 鉢	ブラウンシチュー 小 鉢	厚揚げ炒り豆腐 小 鉢
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread	Rice & Soup	Bread	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
	513 22.6 7.3 4.9	587 20.2 17.2 2.8	523 14.6 25.1 3.2	579 24.0 17.1 3.2	672 25.9 26.2 4.2	635 24.2 18.7 3.7
28日	29日	30日	31日			
	鯖の塩焼き 小 鉢	豆腐ハンバーグの チーズ焼き 小 鉢	ウィンナー & ジャーマンポテト 小 鉢			
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread & 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			
	651 25.9 27.2 3.7	568 20.0 14.7 2.7	599 11.6 37.9 3.9			

夕食★

8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	4日	5日	6日
	鶏肉ときのこの あっさり塩レモン炒め 小 鉢	鯖のグリル ラタトゥイユソース 小 鉢	ソースカツ丼 小 鉢		豚肉の醤油麴焼き 小 鉢	ビーフカレー 小 鉢
	Rice & Soup	Rice & Soup	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
	829 33.2 21.7 4.9	965 36.6 35.2 4.6	862 26.7 20.9 5.8		960 37.3 36.1 3.5	1,054 27.5 40.9 5.0
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	牛焼肉 小 鉢		照り玉ハンバーグ 小 鉢	11日から15日はお休みです		
	Rice & Soup		Rice & Soup			
	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量			
	897 24.4 34.1 4.1		966 35.3 27.5 6.5			
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
		ポークチャップ 小 鉢	白身魚の竜田揚げ 小 鉢	親子煮 小 鉢	豚キムチ炒め 小 鉢	チキンカレー 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
		893 28.6 30.9 4.8	788 32.1 14.7 3.7	871 32.7 20.8 3.7	871 34.4 29.9 5.7	1,018 33.0 36.5 6.1
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
	豚 丼 小 鉢	照焼チキンチーズ焼き 小 鉢	麻婆豆腐 小 鉢	めばるの磯辺揚げ 小 鉢		シーフードカレー 小 鉢
	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
	1,007 33.2 45.0 5.1	932 33.4 28.1 3.6	932 35.1 32.8 3.9	756 30.7 17.6 4.3		856 28.0 23.4 6.5
28日	29日	30日	31日			
	ジャンボチキンカツ 小 鉢		豚肉の香味焼き 小 鉢			
	Rice & Soup		Rice & Soup			
	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量			
	984 29.8 30.5 4.9		955 41.6 33.4 3.6			