近江薫風会入所系施設　2025年 8月・9月献立表

特別養護老人ホームスマイル

						1（金）	2（土）
朝　食						ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
						ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食						ご飯 チンジャオロース 春雨のドレ和え 中華スープ	ご飯 鮭のムニエル 青梗菜のソテー 味噌汁
						ｴﾈﾙｷﾞｰ 587 kcal 塩分 1.2 g 蛋白質 15.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 420 kcal 塩分 3.7 g 蛋白質 19.8 g
夕　食						ご飯 ツナと豆腐の旨煮 ひじきの炒め煮 キャベツとじゃこのゆかり和え	ご飯 豚肉と里芋の味噌煮 人参しりしり スパゲティサラダ
						ｴﾈﾙｷﾞｰ 408 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 15.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 709 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 18.3 g

	3（日）	4（月）	5（火）	6（水）	7（木）	8（金）	9（土）
朝　食	ご飯 味噌汁 ふりかけ 卵焼き	ご飯 味噌汁 金時豆 梅びしお	ご飯 味噌汁 たいみそ オクラと湯葉のお浸し	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ひじき煮	ご飯 味噌汁 ふりかけ 五目豆煮	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 421 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 14 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 375 kcal 塩分 1.3 g 蛋白質 9.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 376 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 13.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 310 kcal 塩分 2.7 g 蛋白質 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 370 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 13.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食	わかめご飯 かぼちゃコロッケ 大根の金平 味噌汁	ご飯 鶏肉のガーリック焼き 山芋のわさび和え 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜焼き ふきの煮物 味噌汁	ご飯（小） トマトソースパスタ 白和え フルーツ	ご飯 鶏肉のカレー煮 茄子とベーコンのソテー わかめスープ	とうもろこしご飯 煮込みハンバーグ コンソメスープ フルーツ	ご飯 鰆のピカタ 大根の煮物 すまし汁
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 11.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 538 kcal 塩分 2.9 g 蛋白質 21.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 494 kcal 塩分 3.7 g 蛋白質 21.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 561 kcal 塩分 1.8 g 蛋白質 16.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 529 kcal 塩分 3.9 g 蛋白質 17.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 481 kcal 塩分 3.3 g 蛋白質 14.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 527 kcal 塩分 2.9 g 蛋白質 22.8 g
夕　食	ご飯 ぶりの照り焼き じゃが煮 ブロッコリーのサラダ	ご飯 赤魚の煮付け もやしのソテー オクラの和え物	ご飯 関東煮 ピーマンの炒め物 コールスローサラダ	ご飯 牛肉と茄子の甘辛炒め さつまいもの甘煮 きゅうりの酢の物	ご飯 白身魚のきのこあんかけ がんも煮 ブロッコリーの和え物	ご飯 鶏肉の中華炒め 南瓜煮 きゅうりのおかか和え	ご飯 ポークチャップ 高野豆腐の煮物 もやしの和え物
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 522 kcal 塩分 2.1 g 蛋白質 21.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 384 kcal 塩分 2 g 蛋白質 10 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 420 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 11.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 560 kcal 塩分 1.4 g 蛋白質 14.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 510 kcal 塩分 3 g 蛋白質 27.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 439 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 15 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 486 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 23.3 g

	10（日）	11（月）	12（火）	13（水）	14（木）	15（金）	16（土）
朝　食	ご飯 味噌汁 ふりかけ 卵焼き	ご飯 味噌汁 金時豆 梅びしお	ご飯 味噌汁 たいみそ オクラと湯葉のお浸し	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ひじき煮	ご飯 味噌汁 ふりかけ 五目豆煮	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 421 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 14 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 375 kcal 塩分 1.3 g 蛋白質 9.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 376 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 13.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 310 kcal 塩分 2.7 g 蛋白質 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 370 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 13.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食	ご飯 鯵フライ ちくわといんげんの酢味噌和え すまし汁	ポークカレー 卵サラダ フルーツ わかめスープ	ご飯 豚肉のポン酢炒め じゃこおろし すまし汁	ご飯 白身魚の煮付け もやしとニラの炒め物 粕汁	ご飯 メンチカツ 卵の花煮 味噌汁	チャーハン シュウマイ 春雨の中華風酢の物 中華スープ	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め 青菜の和え物 味噌汁
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 518 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 22.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 462 kcal 塩分 3.1 g 蛋白質 8.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 430 kcal 塩分 3.3 g 蛋白質 21.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 408 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 18.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 649 kcal 塩分 4.5 g 蛋白質 28.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 572 kcal 塩分 3.6 g 蛋白質 17.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 474 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 14.9 g
夕　食	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 長芋の白煮 ブロッコリーの胡麻和え	ご飯 鯖の塩焼き 野菜田楽 大根サラダ	ご飯 鮭のマヨ焼き 里芋のそぼろ煮 キャベツのサラダ	ご飯 親子煮 ブロッコリーのソテー いんげんのピーナッツ和え	ご飯 かにたまあんかけ じゃが煮 ほうれん草のおかか和え	ご飯 鰆のトマト煮 ピーマンの甘辛炒め 茄子のポン酢和え	ご飯 鯵の煮付け 大根とツナの炒め物 ブロッコリーのタルタルソース和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 533 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 22.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 494 kcal 塩分 1 g 蛋白質 20.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 572 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 25 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 498 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 19.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 481 kcal 塩分 2.5 g 蛋白質 19.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 397 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 15.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 529 kcal 塩分 1.7 g 蛋白質 21.8 g

	17（日）	18（月）	19（火）	20（水）	21（木）	22（金）	23（土）
朝　食	ご飯 味噌汁 ふりかけ 卵焼き	ご飯 味噌汁 金時豆 梅びしお	ご飯 味噌汁 たいみそ オクラと湯葉のお浸し	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ひじき煮	ご飯 味噌汁 ふりかけ 五目豆煮	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 421 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 14 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 375 kcal 塩分 1.3 g 蛋白質 9.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 376 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 13.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 310 kcal 塩分 2.7 g 蛋白質 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 370 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 13.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食	ご飯 鯖の梅煮 かぼちゃサラダ きのこ汁	◎選択メニュー（1） 鶏のから揚げ ◎選択メニュー（2） 鮭のムニエル ◎共通料理◎ ご飯 大豆サラダ 味噌汁	ご飯 ゴーヤチャンプルー ほうれん草の胡麻和え 赤だしの味噌汁	ご飯 鰆の西京焼き 炊き合わせ かき玉汁	ご飯 豚肉の中華炒め 海老とブロッコリーのあんかけ 中華スープ	ご飯 牛肉コロッケ 白菜とハンペン煮 すまし汁	ご飯 白身魚の照り焼き 煮しめ 味噌汁
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 518 kcal 塩分 1.8 g 蛋白質 18.9 g	◎選択メニュー（1） ｴﾈﾙｷﾞｰ 502 kcal 塩分 3.3 g 蛋白質 21.2 g ◎選択メニュー（2） ｴﾈﾙｷﾞｰ 470 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 23 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 374 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 10.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 511 kcal 塩分 2.8 g 蛋白質 23.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 501 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 19.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 476 kcal 塩分 2.8 g 蛋白質 10.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 458 kcal 塩分 2.5 g 蛋白質 20.9 g
夕　食	ご飯 肉豆腐 野菜のカレー炒め もずくの酢の物	ご飯 豚肉の柳川煮 焼きビーフン コールスローサラダ	ご飯 鶏団子の甘酢あん ふきの煮物 きゅうりの梅和え	ご飯 肉じゃが 切干大根の煮物 もやしのナムル	ご飯 鮭の塩焼き 厚揚げの煮物 長芋のゆかり和え	ご飯 鯖の味噌煮 さつまいもの小倉煮 キャベツの胡麻和え	ご飯 鶏肉のハニーマスタード焼き きのこのソテー なます
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 565 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 17.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 512 kcal 塩分 1.7 g 蛋白質 17.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 659 kcal 塩分 3.4 g 蛋白質 20.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 593 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 15.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 473 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 24 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 567 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 20.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 509 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 23.2 g

	24（日）	25（月）	26（火）	27（水）	28（木）	29（金）	30（土）
朝　食	ご飯 味噌汁 ふりかけ 卵焼き	ご飯 味噌汁 金時豆 梅びしお	ご飯 味噌汁 たいみそ オクラと湯葉のお浸し	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ひじき煮	ご飯 味噌汁 ふりかけ 五目豆煮	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 421 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 14 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 375 kcal 塩分 1.3 g 蛋白質 9.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 376 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 13.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 310 kcal 塩分 2.7 g 蛋白質 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 370 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 13.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食	ご飯（小） 冷やしそうめん チキンサラダ 茶碗蒸し	ご飯 鶏肉の味噌焼き 金平風 卵スープ	ご飯 鮭の照り煮 キャベツのドレ和え 味噌汁	ご飯 豚肉のしぐれ煮 茄子の酢の物 味噌汁	ゆかりご飯（小） しょうゆラーメン さつまいもサラダ フルーツ	ご飯 チキンカツ きゅうりのおかか和え 味噌汁	三色丼 田舎煮 すまし汁 フルーツ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 499 kcal 塩分 4.4 g 蛋白質 21.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 518 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 23.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 454 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 21.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 580 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 10 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 550 kcal 塩分 0.8 g 蛋白質 10.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 511 kcal 塩分 3.1 g 蛋白質 23.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 471 kcal 塩分 3 g 蛋白質 17.8 g
夕　食	ご飯 赤魚の煮付け 南瓜の煮物 小松菜の和え物	ご飯 鯵の胡麻だれ焼き 白花豆の甘煮 カリフラワーとカニのサラダ	ご飯 棒棒鶏 じゃがいものコンソメ煮 いんげんの生姜和え	ご飯 鰆の粕漬け焼き 厚揚げの味噌炒め もやしのポン酢和え	ご飯 豆腐ハンバーグ 糸昆布の煮物 オクラの和風和え	ご飯 ブリの生姜焼き 高野豆腐の煮物 白菜のなめたけ和え	ご飯 鶏肉のトマト煮 インゲンとコーンのソテー 長芋の梅肉和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 424 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 19.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 458 kcal 塩分 1.4 g 蛋白質 20.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 517 kcal 塩分 2.1 g 蛋白質 20.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 523 kcal 塩分 0.8 g 蛋白質 24.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 509 kcal 塩分 1.5 g 蛋白質 17.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 515 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 23.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 581 kcal 塩分 2.1 g 蛋白質 20 g

	31（日）	9/1（月）	2（火）	3（水）	4（木）	5（金）	6（土）
朝　食	ご飯 味噌汁 ふりかけ 卵焼き	ご飯 味噌汁 梅びしお 金時豆	ご飯 味噌汁 たいみそ オクラと湯葉のお浸し	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ひじき煮	ご飯 味噌汁 ふりかけ 五目豆煮	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 421 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 14 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 375 kcal 塩分 1.3 g 蛋白質 9.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 376 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 13.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 310 kcal 塩分 2.7 g 蛋白質 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 370 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 13.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食	ご飯 酢豚 海老シュウマイの野菜あんかけ 中華スープ	わかめご飯（小） きつねうどん 菜の花の酢味噌和え フルーツ	散らし寿司 炊き合わせ すまし汁 フルーツ	ご飯 鰆の塩焼き いり豆腐 赤だしの味噌汁	ご飯 えびフライ 春雨のドレ和え コンソメスープ	ご飯 チキンカレー シーチキンサラダ コーンスープ	ご飯 鮭のガーリック焼き ジャーマンポテト すまし汁
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 805 kcal 塩分 2.1 g 蛋白質 16 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 417 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 11.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 515 kcal 塩分 4.8 g 蛋白質 18.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 518 kcal 塩分 3.2 g 蛋白質 26.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 460 kcal 塩分 2.8 g 蛋白質 18.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 602 kcal 塩分 3.1 g 蛋白質 17.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 512 kcal 塩分 3.6 g 蛋白質 21.3 g
夕　食	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜の煮浸し グリーンサラダ	ご飯 鯖のおろし煮 ツナじゃが 茄子の生姜和え	ご飯 焼肉炒め 里芋の煮物 もずくの酢の物	ご飯 鶏団子の中華あんかけ もやしとニラの中華炒め 大根のサラダ	ご飯 カレイの煮付け きゅうりとトマトのサラダ 白菜とさつまあげの煮浸し	ご飯 蒸し魚の五目あんかけ 南瓜のいとこ煮 いんげんのピーナッツ和え	ご飯 豚肉の塩だれ炒め スパゲティサラダ ブロッコリーのソテー
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 504 kcal 塩分 2.5 g 蛋白質 22 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 543 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 23.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 503 kcal 塩分 1.5 g 蛋白質 12.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 462 kcal 塩分 1.7 g 蛋白質 20.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 443 kcal 塩分 2.5 g 蛋白質 20 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 499 kcal 塩分 2.1 g 蛋白質 21.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 565 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 17.6 g

	7（日）	8（月）	9（火）	10（水）	11（木）	12（金）	13（土）
朝　食	ご飯 味噌汁 ふりかけ 卵焼き	ご飯 味噌汁 梅びしお 金時豆	ご飯 味噌汁 たいみそ オクラと湯葉のお浸し	ご飯 味噌汁 のり佃煮 さつまいもの甘煮	ご飯 味噌汁 ふりかけ 五目豆煮	ご飯 味噌汁 のり佃煮 ミートボール	ご飯 味噌汁 梅びしお 里芋のそぼろあん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 421 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 14 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 375 kcal 塩分 1.3 g 蛋白質 9.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 376 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 13.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 363 kcal 塩分 2.3 g 蛋白質 7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 370 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 13.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 398 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 349 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 9.9 g
昼　食	焼き鳥丼 菜花の胡麻和え のっぺい汁 フルーツ	ご飯 鮭のきのこあんかけ オクラの胡麻和え 味噌汁	ご飯 回鍋肉 きゅうりとハムの中華和え わかめスープ	炊き込みご飯 鯖の生姜煮 青菜のなめたけ和え とろろ昆布汁	ご飯 すき焼き煮 キャベツの青じそ和え 味噌汁	ご飯（小） とろろそば 和風サラダ フルーツ	ご飯 鶏肉と茄子の甘酢炒め 大根の煮物 すまし汁
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 525 kcal 塩分 2.8 g 蛋白質 20.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 488 kcal 塩分 2.2 g 蛋白質 22 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 559 kcal 塩分 1.6 g 蛋白質 15 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 545 kcal 塩分 4 g 蛋白質 26.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 492 kcal 塩分 3 g 蛋白質 20.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 286 kcal 塩分 2.4 g 蛋白質 10.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 497 kcal 塩分 2.6 g 蛋白質 17.3 g
夕　食	ご飯 赤魚の煮付け キャベツとじゃこの和え物 味噌炒め	ご飯 麻婆茄子 里芋の煮物 もやしのナムル	ご飯 白身魚のフライ ひじき煮 ブロッコリーのゴマネーズ和え	ご飯 八宝菜 ピーマンとちくわの炒め煮 長芋の梅肉和え	ご飯 鰆の西京焼き ほうれん草のソテー 茄子のおかか和え	ご飯 豚肉の柳川煮 春雨のソテー もやしとあげのドレ和え	ご飯 豆腐そぼろあんかけ ひじきの味噌煮 即席漬け
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 454 kcal 塩分 2.5 g 蛋白質 20.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 506 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 17.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 539 kcal 塩分 1.9 g 蛋白質 20.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 532 kcal 塩分 1.1 g 蛋白質 13.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514 kcal 塩分 2.1 g 蛋白質 23 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 529 kcal 塩分 1.5 g 蛋白質 19 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 498 kcal 塩分 1.8 g 蛋白質 20.5 g

＊都合により献立を変更することがあります。
＊パン食をご希望の方は、ご飯に代わりパンをお召し上がりいただきます。