

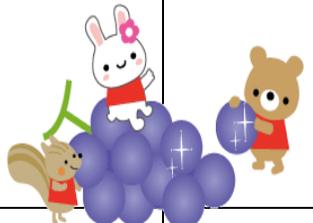
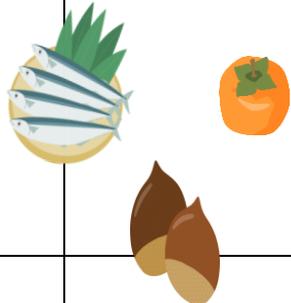


# メニュー表



9月 2日(月曜日)	9月 3日(火曜日)	9月 4日(水曜日)	9月 5日(木曜日)	9月 6日(金曜日)	9月 7日(土曜日)
カレーライス オムレツ 春雨の香味和え 漬物  533kcal	ご飯 豚肉の炒め物 煮奴 白菜の和え物 味噌汁	ご飯 鶏の治部煮 ビーフンのソテー 青菜の辛子和え 味噌汁	ご飯 肉団子と野菜の和風煮 キャベツのおかか炒め 大根の酢の物 味噌汁  536kcal	ゆかりご飯 冷やし中華 かぶの煮物 いんげんのピーナツ和え	ご飯 コロッケ2種 玉子とじ 味噌汁 フルーツ  483kcal
豆乳饅頭 96kcal	紅茶ムース 66kcal	抹茶ようかん 108kcal	ぶどうゼリー 45kcal	バームクーヘン 103kcal	黒糖まんじゅう 115kcal
9月 9日(月曜日)	9月10日(火曜日)	9月11日(水曜日)	9月12日(木曜日)	9月13日(金曜日)	9月14日(土曜日)
ご飯 鶏の山椒焼き 白菜の煮浸し スナップエンドウの和え物 味噌汁 404kcal	散らし寿司 ごぼうの煮物 いんげんのわさび和え 赤だし 甘酢生姜  385kcal	豚丼 切干大根の煮物 小松菜の和え物 スープ 555kcal	ご飯 サバの味噌煮 ひじきの煮物 菜の花の菜種和え 吸物  467kcal	ご飯 肉団子の酢豚風 チンゲン菜の炒め煮 ブロccoliのおかか和え 味噌汁 528kcal	キムタクご飯(長野県) わかめそば 冬瓜の煮物 青菜の和え物  476kcal
バナナケーキ 83kcal	りんごゼリー 49kcal	きなこパンケーキ 55kcal	チョコムース 66kcal	酒まんじゅう 77kcal	どら焼き(カスタード) 110kcal

# メニュー表

9月16日(月曜日)	9月17日(火曜日)	9月18日(水曜日)	9月19日(木曜日)	9月20日(金曜日)	9月21日(土曜日)
ご飯 煮込みハンバーグ マカロニソテー サラダ 味噌汁  488kcal	三色丼 さつまいもの煮物 カリフラワーの土佐和え 味噌汁  487kcal	カレーライス オムレツ コールスローサラダ 漬物  533kcal	ご飯 茄子とそうめんの煮物(石川県) 野菜焼き 小松菜の和え物 味噌汁  464kcal	ご飯 白身フライ 切干大根の煮物 味噌汁 フルーツ  486kcal	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>～バイキング～</p> <p>ちらし寿司                              天ぷら                              エビフライ/から揚げ                              オムレツ                              ポテトサラダ/お浸し                              フルーツ                              わかめスープ</p>   </div>
チョコバームクーヘン  105kcal	もみじ饅頭  104kcal	バニラムース  66kcal	じゃがいも焼き(あん)  114kcal	ドームケーキ(カスタード)  116kcal	抹茶饅頭  100kcal
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)
栗ご飯 きつねうどん 小松菜の炒め煮 大根サラダ  407kcal	ご飯 鶏の韓国風煮 れんこん土佐煮 青菜のお浸し 味噌汁  441kcal	ご飯 ブリの照り焼き 高野の煮物 キャベツの和え物 味噌汁  503kcal	散らし寿司 南瓜の煮物 インゲンのピーナツ和え 赤だし 甘酢生姜  393kcal	ご飯 つくねの味噌焼き ひじきの煮物 チンゲン菜の和え物 吸物  515kcal	ご飯 天ぷら盛り合わせ かぶの柚子風味 味噌汁 フルーツ  449kcal
メロンムース  69kcal	薄皮饅頭  86kcal	ドームケーキ(あん)  105kcal	プリン  73kcal	オレンジゼリー  48kcal	アイスクリーム  89kcal
9月30日(月曜日)					
ご飯 チキンのトマトソース カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草の和え物 味噌汁  442kcal					
抹茶パンケーキ  56kcal	