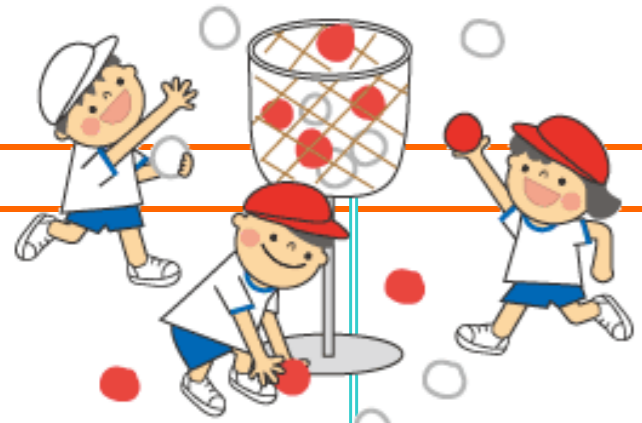




メニュー表





メニュー表



9月10日 (日)	9月11日 (月)	9月12日 (火)	9月13日 (水)	9月14日 (木)	9月15日 (金)	9月16日 (土)
ご飯 チキンソテー ポンズかけ ふわふわ玉子とじ 法連草の辛子和え 味噌汁 557 kcal	ご飯 肉豆腐 カリフラワーサラダ 馬鈴薯の味噌かけ おぼろ汁 577 kcal	ご飯 アジの焼き南蛮 玉子ロール 青菜の信田和え 味噌汁 527 kcal	ご飯 ミートボールの 和風あん 小松菜の煮浸し ひじきのサラダ 味噌汁 513 kcal	ご飯 豚肉の味噌炒め 春雨の和え物 野菜焼き 吸物 658 kcal	菜めし ぶっかけそば 茄子の煮物 ブロccoliのお浸し 395 kcal	ご飯 カレイの煮付け さつま芋の揚げ煮 もやしの酢の物 味噌汁 558 kcal
黒糖饅頭 104 kcal	紅茶ムース 66 kcal	人形焼き 104 kcal	コーヒーゼリー 106 kcal	白桃羹 53 kcal	どら焼き(あん) 114 kcal	バームクーヘン 67 kcal
9月17日 (日)	9月18日 (月)	9月19日 (火)	9月20日 (水)	9月21日 (木)	9月22日 (金)	9月23日 (土)
ご飯 マーボー豆腐 三度豆のお浸し シューマイ スープ 556 kcal	赤飯【敬老の日】 魚の天ぷら 冬瓜のもみじあん かき玉汁 フルーツ 488 kcal	カレーライス サラダ カニクリームフライ 漬物 604 kcal	ご飯 鶏の味噌煮 キャベツのゆかり和え 馬鈴薯の旨煮 吸物 561 kcal	ご飯 サンマの蒲焼 高野の煮物 ｷﾝゲﾝ菜の胡麻和え 味噌汁 618 kcal	ご飯 ｲﾝゲﾝ肉巻き 白菜の磯和え 南瓜煮 味噌汁 501 kcal	さつまいもご飯 豚肉ときのこの 甘辛炒め 春雨サラダ 青菜の煮浸し 味噌汁 694 kcal
りんごタルト 106 kcal	紅白饅頭 157 kcal	マンゴープリン 44 kcal	ミニおはぎ 95 kcal	ロールケーキ 110 kcal	オレンジゼリー 51 kcal	もみじ饅頭 104 kcal
9月24日 (日)	9月25日 (月)	9月26日 (火)	9月27日 (水)	9月28日 (木)	9月29日 (金)	9月30日 (土)
ご飯 カラの西京焼き 大根金平 ブロccoliの和え物 吸物 505 kcal	ご飯 鶏の治部煮 青梗菜のﾋﾟｰﾅｯﾂ和え 卵の花 味噌汁 595 kcal	散らし寿司 冬瓜の煮物 白菜の山葵和え 赤だし 甘酢生姜 432 kcal	若布ご飯 新潟のｲﾀﾘｱﾝ (新潟県) 千草焼き ｲﾝゲﾝの和え物 スープ 498 kcal	ご飯 八宝菜 春巻き 青菜の和え物 ワカメスープ 616 kcal	ご飯 ホキのムニエル ポン酢かけ さつま芋の甘煮 もやしの胡麻和え スープ 537 kcal	ご飯 鶏の唐揚げ 玉子豆腐 大根の和え物 味噌汁 654 kcal
ととやき 60 kcal	水ようかん 65 kcal	バナナカステラ 130 kcal	プチクレープ 58 kcal	フルーツ杏仁 45 kcal	ｲﾋﾞぽんせんべい 19 kcal	カスタードワッフル 89 kcal