

献立表



エビは「海老」と書くように、エビの尾部を老人の曲がった腰に見立てて、腰の曲がるまで長生きできるようにという、長寿の願いを込めた縁起物（えんぎもの）。また、海老は脱皮を繰り返しながら成長して行くことから、発展・成長の意味もあり、祝いの膳には欠かせないものとなっています。

※材料の入荷の都合により変更させて頂く場合もございますが、ご了承お願い致します。

	9/8 (日)	9/9 (月)	9/10 (火)	9/11 (水)	9/12 (木)	9/13 (金)	9/14 (土)
朝	ゆかり粥 キャベツの炒め物 味噌汁 ヨーグルト	食パン ハムサラダ フルーツ寒天 牛乳	かに雑炊 和風炒り卵 味噌汁 ヨーグルト	季節のジャムパン ポテトサラダ バナナ 牛乳	たまご雑炊 五目豆 味噌汁 ヨーグルト	食パン マカロニソテー バナナ 牛乳	カスタードパン ウイナー炒め フルーツ寒天 牛乳
エネルギー	400 kcal	545 kcal	435 kcal	513 kcal	375 kcal	567 kcal	517 kcal
たんぱく質	12.2 g	19.8 g	17.3 g	15.3 g	14.3 g	19.7 g	15.3 g
食塩相当量	2.6 g	2.1 g	2.7 g	1.2 g	2.8 g	2.1 g	1.6 g
昼	ご飯 たまごの干種焼き 切干大根の煮物 ブロッコリーの ドレッシング和え	ご飯 八宝菜 もやしの炒め物 まいたけと 青菜の和え物	ご飯 揚げ出し豆腐の 野菜あんかけ 茄子の煮物 もずく酢和え	麦ご飯 ホッケの ねぎ味噌焼き 高野豆腐の煮物 春雨の和え物	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 冬瓜の薄くす煮 トマトサラダ	☆敬老松花堂弁当☆ きのこご飯・栗ご飯 天ぷら、鱈の紅葉焼き 寿玉子…etc お吸い物	ご飯 回鍋肉 春雨スープ わかめの酢の物
エネルギー	506 kcal	564 kcal	567 kcal	496 kcal	486 kcal	803 kcal	482 kcal
たんぱく質	18.4 g	19.4 g	11.2 g	22.3 g	20.5 g	29.4 g	15.9 g
食塩相当量	2.7 g	2.0 g	1.2 g	2.6 g	1.8 g	3.6 g	2.9 g
夕	ご飯 若鶏のクリーム煮 いんげんの バター炒め もも	ご飯 タラの漬け焼き ちくわの煮物 キャベツの梅和え	ご飯 焼き餃子 大根とにんじんの 信田煮 青菜の和え物	ご飯 ポークチャップ 小松菜の煮浸し 枝豆のおろし和え	ご飯 鱈の黄金焼き じゃが芋の煮物 いんげんの ごま和え	ご飯 ぎせい豆腐 南瓜の煮物 白菜のお浸し	ご飯 ホキの レモン風味焼き 里芋と根菜の煮物 小松菜の和え物
エネルギー	518 kcal	426 kcal	529 kcal	528 kcal	582 kcal	501 kcal	450 kcal
たんぱく質	14.3 g	20.7 g	15.3 g	21.0 g	21.6 g	18.9 g	19.9 g
食塩相当量	1.5 g	2.2 g	3.1 g	2.0 g	1.8 g	1.5 g	2.5 g
おやつ	玄米茶、ヤクルト りんごカステラ	玄米茶 ヨーグルトケーキ	玄米茶 黒糖まんじゅう	玄米茶 プリン	紅茶 みかんケーキ	緑茶 どら焼き	玄米茶、ヤクルト バームロール
エネルギー	114 kcal	63 kcal	96 kcal	76 kcal	96 kcal	116 kcal	117 kcal
合計	エネルギー 1538 kcal たんぱく質 44.9 g 食塩相当量 6.8 g	エネルギー 1598 kcal たんぱく質 59.9 g 食塩相当量 6.3 g	エネルギー 1627 kcal たんぱく質 43.8 g 食塩相当量 7.0 g	エネルギー 1613 kcal たんぱく質 58.6 g 食塩相当量 5.8 g	エネルギー 1539 kcal たんぱく質 56.4 g 食塩相当量 6.4 g	エネルギー 1987 kcal たんぱく質 68.0 g 食塩相当量 7.2 g	エネルギー 1566 kcal たんぱく質 51.1 g 食塩相当量 7.0 g
何の日?	国際識字デー	救急の日	牛タンの日	警察相談の日	宇宙の日	世界の法の日	セブテンバーバレンタイン