



※表示のエネルギー（kcal）表示は、ご飯1食あたり220g（パン1食あたり食パン1枚とロールパン2個）、牛乳1日200mlとして計算しています。

9月	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)
朝食	ご飯 味噌汁(豆腐) ひき肉の卵とじ 野菜のごま和え ソフト昆布佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁(麩) 牛肉のしぐれ煮 青菜のわさび和え のり佃煮 牛乳	パン食⑦ カブのクリームシチュー ハム2枚 チキンサラダ バナナ1/2 牛乳	ご飯 味噌汁(豆腐) しゅーまい 春雨の煮物 小松菜のおかか和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁(若布) 油揚げと卵の煮物 野菜のしそ和え ふりかけ(たらこ) 牛乳	パン食⑧ 青菜のスープ ジャーマンポテト 甘夏入りサラダ 牛乳	ご飯 清汁(青菜) シラス葱炒り卵 おくら納豆 やわらか漬物(たくあん) 牛乳	ご飯 味噌汁(若布) 厚焼き卵 竹輪麩と野菜の煮物 のり佃煮 バナナ1/2 牛乳
昼食	ご飯 人参のポタージュ カレーのバター焼き ポテトと玉葱のソテー サラミのサラダ みかんジュース	穴子の卵とじ丼 清汁(麩) じゃがいものそぼろ煮 小松菜のからしあえ	チャーシュー麺 スイートポテト風 もやしの中華和え 飲むヨーグルト100ML	ご飯 玉子と蟹のスープ カジキのごま味噌焼 野菜のうま煮炒め キムチ和え バナナ1/2	肉うどん 揚げじゃがの甘辛がらめ ごぼうサラダ ダイスゼリー(ぶどう)	[炊き出し訓練] 非常用白ご飯 レトルトカレー 鉄板焼肉缶 みかん&パイン缶 りんごジュース缶	ご飯 味噌汁(若布) 鯛の梅醤油焼き 鶏じゃが 野菜の味噌マヨ和え ミックスフルーツ缶	ご飯 とろろ昆布汁 きんめと大根の煮付け ポテトの炒め物 ほうれん草のお浸し ジョウ(プレーン)
間食						[誕生日会] ショートケーキ		
夕食	ご飯 すまし汁(麩) 鶏のてり焼き さつま揚げと野菜の煮物 エッグサラダ 種なし巨峰	ご飯 コーンスープ ロールキャベツ もやしのカレーソテー マカロニサラダ ミックスみかん缶	ご飯 味噌汁(豆腐) 鯖の味噌だれ 五目豆煮付 わかめの和え物 梨1/4	ご飯 清汁(青菜) 豚肉のバーベキューソース 南瓜のえびあん じゃこサラダ 黄桃缶	ご飯 ワンタンスープ ぶりの中華風焼き 春雨と野菜の炒め物 青菜のナムル 梨1/4	ご飯 味噌汁(麩) 鱈の塩焼き なすのそぼろ煮 ささみと野菜の和え物 種無し巨峰	[お楽しみメニュー] ◎コーンピラフ オクラのスープ 鶏の唐揚げ きのこ野菜のソテー トマトサラダ ストロベリーゼリー	ご飯 ザーサイスープ 回鍋肉 あじの南蛮漬け 青菜の中華和え 杏仁豆腐
栄養価	エネルギー(kcal) 2,201 たんぱく質(g) 91.6 脂質(g) 61.7	エネルギー 2,242 たんぱく質 92.0 脂質 57.8	エネルギー 2,275 たんぱく質 106.6 脂質 62.3	エネルギー 2,249 たんぱく質 101.0 脂質 53.0	エネルギー 2,224 たんぱく質 92.7 脂質 66.6	エネルギー 2,382 たんぱく質 84.7 脂質 54.5	エネルギー 2,186 たんぱく質 91.5 脂質 70.4	エネルギー 2,202 たんぱく質 97.8 脂質 52.7

園の行事
18日 バスハイク(成人棟)
21日 防災訓練
保護者検食9, 10棟
誕生日会
特別支援学校の行事
24~26日移動教室(高1)

検食当番
9月下旬 6棟
10月上旬 7棟

選択食 朝食
25日 パン又はわかめご飯
選択食 夕食
25日夕食
(A) タンドリーチキン
(B) エビフライ
*選択食の入力はお早めに!

出張調理
29日(夕食) 2棟

9月	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)
朝食	ご飯 味噌汁(若布) 焼魚(鯖) ウィンナーと玉ねぎの炒め物 ふりかけ(のりたま) 牛乳	[選択食] パン① わかめご飯 大根のスープ スクランブルドエッグ スパゲッティサラダ 牛乳	ご飯 野菜のスープ 鶏肉のトマト煮 野菜サラダ バナナ1/2 牛乳	ご飯 味噌汁(豆腐) あぶ玉煮 大根のゆかり和え のり佃煮 牛乳	パン食ドックパン レタスのスープ ポイルウインナー 野菜炒め 牛乳	ご飯 味噌汁(油揚げ) 納豆 炒り豆腐 白菜のごま和え 牛乳	パン食④ キャベツのスープ チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ バナナ1/2 牛乳
昼食	ご飯 青梗菜のスープ 蒸し鶏の薬味ソースかけ 豆腐とニラのスタミナ炒め 絆三絲 ヨーグルト	ご飯 味噌汁(麩キャベツ) 秋刀魚のバター焼き 青のりポテト ほうれん草のおひたし ジョウ(期間限定)	ご飯 ビーフンスープ 麻婆豆腐 卵ときくらげの炒め物 いんげんのごま和え	焼そば コーンスープ さつま芋のバター醤油煮 菜の花のからし和え アップルジュース200ML	ピピンバ 若布のスープ ナスとピーマン油炒め ところてんの酢の物 バナナ1/2	きのこクリームパスタ オクラのスープ パンプキンサラダ ライチゼリー	ご飯 豚汁 鮭の照焼き 春雨と野菜の炒め物 野菜のガリ和え みかんジュース125ML
夕食	ご飯 かき玉汁 鱈ハンバーグ 五目きんぴら コーンサラダ 種無し巨峰	[選択食] エビフライ ご飯 パンプキンポタージュ タンドリーチキン 野菜のグラッセ ハムサラダ ミックスフルーツ缶	◎まつたけご飯 味噌汁(豆腐) さわらの西京焼き 肉じゃが えびと菜の花のマヨ和え 梨1/4	ご飯 小松菜のスープ 白身魚の中華あんかけ 厚揚げのキムチ煮 中華風サラダ 寒天フルーツ	ご飯 なめこ汁 チンジャオロースー じゃがバターコーン キャベツの味噌あえ ダイスゼリー(レモン)	[出張料理] 2棟 ご飯 かき玉汁 チキンカツ いかと野菜の炒め物 ポテトサラダ ミックスみかん缶	挽肉カレー レタスのスープ 青菜のソテー かにかま入りサラダ 梨1/4
栄養価	エネルギー(kcal) 2,234 たんぱく質(g) 86.4 脂質(g) 65.2	エネルギー 2,274 たんぱく質 85.8 脂質 74.9	エネルギー 2,229 たんぱく質 98.8 脂質 68.7	エネルギー 2,261 たんぱく質 90.3 脂質 63.2	エネルギー 2,153 たんぱく質 87.8 脂質 70.3	エネルギー 2,259 たんぱく質 98.9 脂質 68.0	エネルギー 2,223 たんぱく質 83.8 脂質 65.2

9月21日(日)は防災訓練です!

平成26年9月現在、東村山福祉園では災害時に備え、300名分(利用者様と職員分)の食事と飲料水を約3日分備蓄しています。毎年行われている防災訓練では、備蓄食材の賞味期限を考慮し、それらを利用し炊き出し訓練を実施しています。そのため実際の組み合わせと異なっていますのでご了承ください。

- 今回のメニューは、
- ・白米(アルファ米)
 - ・ビーフカレー
 - ・鉄板焼肉缶
 - ・フルーツ缶
 - ・りんごジュースです。

食器の配布は、

- ・使い捨て紙皿(大・小)
- ・割ばし、
- ・スプーン、
- ・紙コップです。



9月下旬平均	エネルギー(kcal) 2240 たんぱく質(g) 92.6 脂質(g) 63.6
--------	---