

8月献立表

月	火	水	木	金	土
2 ・山菜おこわ ・味噌汁 ・鶏肉の唐揚げ ・おろし酢和え ・漬物  575Kcal	3 ・ご飯 ・野菜の沢煮椀 ・サバの味噌煮 ・青菜の和え物 ・茄子のチーズ焼き  571Kcal	4 ・五目釜飯  ・味噌汁 ・酢の物 ・茶碗蒸し  579Kcal	5 ・冷やし中華  ・魚のオイスター ソース炒め ・さつまいもの レースン煮  582Kcal	6 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚のネギ塩焼き ・温野菜サラダ ・炒め煮  560Kcal	7 ・ご飯  ・味噌汁 ・豚肉の香味炒め ・コールスロー サラダ ・おでん風 575Kcal
9 ・太巻き寿司と 稲荷寿司 ・味噌汁 ・魚のウニ風味焼き ・ピーナッツ和え  583Kcal	10 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚貝の玉子とじ ・スパゲティー サラダ ・ひじき煮  567Kcal	11 ーお楽しみ献立ー    571Kcal	12 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の沢煮蒸し ・トマト入りうざく ・おろし煮  571Kcal	13 ・ご飯  ・そうめん汁 ・筑前煮 ・三杯酢 ・みそ玉子  578Kcal	14 ・ご飯  ・味噌汁 ・精進揚げ ・ごま和え ・漬物  580Kcal
16 ・ハヤシライス ・盛り合わせサラダ ・生姜煮   580Kcal	17 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の千草焼き ・のり和え ・イカと里芋煮  563Kcal	18 ・ご飯 ・スープ ・鶏肉のクリーム ソースかけ ・トマトサラダ ・大根あさり煮  571Kcal	19 ・ご飯  ・スープ ・豚肉と春雨の 炒め物 ・鮭缶サラダ ・カブのあんかけ 566Kcal	20 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の南蛮漬け ・炒り豆腐和え ・南瓜と小豆煮 572Kcal	21 ・ご飯  ・スープ ・マーボー豆腐 ・中華サラダ ・茄子の炒め物  572Kcal
23 ・ご飯 ・スープ ・鮭のピカタ ・ごぼうサラダ ・野菜のトマト煮  562Kcal	24 ・ポークカレー ・盛り合わせサラダ ・コンソメ煮  578Kcal	25 ・ご飯 ・けんちん汁 ・具入り玉子焼き ・酢めた ・高野豆腐の煮物  565Kcal	26 ・ご飯  ・味噌汁 ・レモン塩焼き鶏 ・ゴマサラダ ・根菜おかか煮  567Kcal	27 ・しらすチャーハン ・スープ  ・八宝菜 ・春雨サラダ ・シューマイ 566Kcal	28 ・ご飯  ・コーンスープ ・魚の カレーミニエル ・グリーンサラダ ・五目金平 573Kcal
30 ・ご飯  ・スープ ・ミートローフ ・キャベツサラダ ・冬瓜のあんかけ  580Kcal	31 ・ご飯  ・味噌汁 ・魚の竜田焼き ・アスパラと エビのサラダ ・人参たらこ炒め 570Kcal				

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所



2021年8月