












8月献立表

月	火	水	木	金	土
1 ・菜飯 ・味噌汁 ・鶏肉の味付天ぷら ・とうもろこし入り甘酢和え ・炊き合わせ  577Kcal	2 ・ご飯 ・コーンスープ ・ムニエル ・スパゲティ ・サラダ ・ひじき煮  582Kcal	3 ・ご飯 ・スープ ・ミートローフ ・キャベツサラダ ・南瓜のあんかけ  580Kcal	4 ・ご飯 ・味噌汁 ・サバの塩焼き ・アスパラサラダ ・大根とあさり煮  562Kcal	5 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚のネギ塩焼き ・白和え ・さつまいもと小豆煮  567Kcal	6 ・ご飯 ・スープ ・豚肉と春雨炒め ・鮭缶サラダ ・夏野菜の煮物  578Kcal
8 ・ご飯 ・味噌汁 ・サバの竜田焼き ・春雨の酢の物 ・根菜ごま煮  569Kcal	9 ・ポークカレー ・サラダ ・おかか煮  582Kcal	10 ・冷やし中華 ・魚のオイスターソース炒め ・大学芋  590Kcal	11 ・鮭しらす丼 ・味噌汁 ・揚げ出し豆腐 ・酢の物 ・煮豆  578Kcal	12 ーお楽しみ献立ー 	13 ・ご飯 ・そうめん汁 ・筑前煮 ・三杯酢 ・みそ玉子  577Kcal
15 ・香り寿司 ・すいとん汁 ・冬瓜の肉味噌がけ ・わさびマヨネーズ和え  567Kcal	16 ・ご飯 ・すまし汁 ・サバの味噌煮 ・おろし酢和え ・茄子のチーズ焼き  571Kcal	17 ・ピラフ ・クリームシチュー ・トマトの梅サラダ ・スクランブルエッグ  576Kcal	18 ・ご飯 ・味噌汁 ・チキン南蛮風 ・辛子和え ・人参たらこ炒め  575Kcal	19 ・ご飯 ・スープ ・鮭のピカタ ・ごぼうサラダ ・野菜のトマト煮  570Kcal	20 ・ご飯 ・スープ ・魚の酢豚風 ・中華サラダ ・もやし炒め  570Kcal
22 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の香草焼き ・ツナサラダ ・こぶ茶煮  573Kcal	23 ・ご飯 ・けんちん汁 ・具入り玉子焼き ・酢めた ・高野豆腐の煮物  570Kcal	24 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭のきのこソースがけ ・ごま酢和え ・アボカドグラタン  584Kcal	25 ・ナスとひき肉のカレー ・サラダ ・コンニャク炒め  585Kcal	26 ・ご飯 ・味噌汁 ・焼き鶏風 ・穴子の酢の物 ・フロッコリの旨煮  566Kcal	27 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の焼き浸し ・ポテトサラダ ・野菜炒め  569Kcal
29 ・ご飯 ・スープ ・マーボー豆腐 ・中華和え ・茄子の炒め物  572Kcal	30 ・ご飯 ・味噌汁 ・レモン塩焼き鶏 ・ゴマサラダ ・五目金平  574Kcal	31 ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の香味炒め ・ピーナッツ和え ・じゃが煮  560Kcal			

* 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



2022年8月