

# 8月献立表

月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> ・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 ・含め煮  588Kcal	<b>2</b> ・ご飯 ・スープ ・豚肉と春雨の炒め ・鮭缶サラダ ・夏野菜の煮物  570Kcal	<b>3</b> ・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  577Kcal	<b>4</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の磯辺焼き ・トマトのサラダ ・青菜炒め  579Kcal	<b>5</b> ・ご飯 ・スープ ・牛肉と卵の炒め物 ・サラダ ・大根とあさり煮  570Kcal
<b>7</b> ・ご飯 ・コーンスープ ・ムニエル ・マカロニサラダ ・ひじきの煮物  579Kcal	<b>8</b> ・ご飯 ・スープ ・魚の酢豚風 ・中華サラダ ・もやし炒め  570Kcal	<b>9</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・つくねの照り焼き ・白和え ・さつまいもと小豆煮  579Kcal	<b>10</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の香味炒め ・ごぼうサラダ ・じゃが煮  567Kcal	<b>11</b> ・鮭しろすご飯 ・けんちん汁 ・鶏肉の田楽 ・穴子と胡瓜の酢の物 ・煮豆  570Kcal	<b>12</b> ・魚貝のカレー ・サラダ ・おろし煮  583Kcal
<b>14</b> ・ご飯 ・そうめん汁 ・筑前煮 ・三杯酢 ・味噌たまご  577Kcal	<b>15</b> ・香り寿司 ・おいとん汁 ・冬瓜の肉味噌がけ ・わさびマヨネーズ和え  567Kcal	<b>16</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・赤魚の焼き浸し ・ポテトサラダ ・野菜炒め  569Kcal	<b>17</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・チキン南蛮風 ・辛子和え ・人参たらこ炒め  575Kcal	<b>18</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の沢煮蒸し ・ツナ和え ・切干大根の煮物  570Kcal	<b>19</b> ーお楽しみ献立ー 
<b>21</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・サバの竜田焼き ・春雨の酢の物 ・さつま金平  569Kcal	<b>22</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の玉子とじ ・マリネ ・フロッコリ炒め  581Kcal	<b>23</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の蒲焼き ・かぼちゃサラダ ・冬瓜のあんかけ  568Kcal	<b>24</b> ・ご飯 ・すまし汁 ・鮭の味噌焼き ・梅マヨネーズ和え ・卵の花  560Kcal	<b>25</b> ・ご飯 ・スープ ・マーボー豆腐 ・中華和え ・茄子の炒め物  577Kcal	<b>26</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉のきのこソースがけ ・胡麻酢和え ・アボカドグラタン  574Kcal
<b>28</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の生姜焼き ・みどり酢和え ・こぶ茶煮  576Kcal	<b>29</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚のネギ塩焼き ・胡麻サラダ ・イカと大根の煮物  565Kcal	<b>30</b> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の甘酢あん ・ピーナッツ和え ・ジャーマンポテト  570Kcal	<b>31</b> ・五目チャーハン ・スープ ・野菜の旨煮 ・中華浸し ・シューマイ  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



2023年8月