









































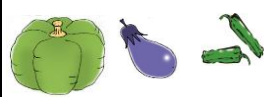











8月献立表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|---|--|---|
|  | | | 1 ・山菜おこわ  ・薄くず汁 ・鯖のネギ味噌焼き ・とうもろこし入り甘酢和え ・高野豆腐煮  577Kcal | 2 ・ご飯  ・スープ ・豚肉と春雨の炒め ・鮭缶サラダ ・イカと里芋煮  579Kcal | 3 ・ご飯  ・味噌汁 ・魚の香草焼き ・かぼちゃサラダ ・切干大根の煮物  581Kcal |
| | | | 5 ・ご飯  ・味噌汁 ・鮭の千草焼き ・白和え  ・もやし炒め  569Kcal | 6 ・五目チャーハン  ・スープ ・野菜の旨煮 ・中華サラダ ・シューマイ  572Kcal | 7 ・ご飯  ・コーンスープ ・ムニエル  ・サラダ ・野菜のトマト煮  573Kcal |
| 12 ・にぎり寿司  ・味噌汁 ・豆腐のあんかけ ・春雨サラダ ・フルーツ  580Kcal | 13 ・ご飯  ・味噌汁 ・精進揚げ ・胡麻和え ・漬物  570Kcal | 14 ・ご飯  ・そうめん汁 ・筑前煮  ・三杯酢 ・味噌たまご和え  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  572Kcal | 16 ・カレーライス  ・サラダ ・おかか煮  581Kcal | 17 ・ご飯  ・味噌汁 ・鮭のマスタード焼き ・ゴマサラダ ・煮浸し  568Kcal |
| 19 ・ご飯  ・スープ ・鶏肉の四川風 ・サラダ ・ニラ玉  570Kcal | 20 ・ご飯  ・味噌汁 ・魚の蒲焼き ・ごほうサラダ ・冬瓜のあんかけ  567Kcal | 21 ・ご飯  ・味噌汁 ・豚肉の玉子とじ ・サラダ ・青菜炒め  577Kcal | 22 ・ご飯  ・味噌汁 ・煮魚  ・親子和え ・ナスのチーズ焼き  576Kcal | 23 ・ご飯  ・すまし汁 ・鮭の味噌焼き ・梅マヨネーズ和え ・香味炒め  563Kcal | 24 ・ご飯  ・味噌汁 ・鶏肉のきのこソースがけ ・キャベツサラダ ・アボカドグラタン  580Kcal |
| 26 ・ご飯  ・味噌汁 ・魚の沢煮蒸し ・ポテトサラダ ・夏野菜の揚げ浸し  579Kcal | 27 ・ご飯  ・スープ ・マーボー豆腐 ・ナスの和え物 ・フロッコリ-旨煮  578Kcal | 28 ・ご飯  ・カキ玉汁 ・鮭の梅味噌焼き ・青菜のサラダ ・野菜炒め  563Kcal | 29 ・ご飯  ・スープ ・豚肉の香味炒め ・マカロニサラダ ・含め煮  578Kcal | 30 ・ご飯  ・味噌汁 ・鶏肉の甘酢あん ・ピーナッツ和え ・ジャーマンポテト  579Kcal | 31 ・ご飯  ・味噌汁 ・鯖の塩焼き ・グリーンサラダ ・根菜煮  561Kcal |

* 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



2024年8月