






















































8月献立表

月	火	水	木	金	土
				1 ・山菜おこわ  ・味噌汁 ・サバの照り焼き ・とうもろこし入り 甘酢和え ・高野豆腐煮  570Kcal	2 ・ご飯  ・スープ ・豚肉の味噌炒め ・大根サラダ ・煮物  572Kcal
				4 ・ご飯 ・味噌汁  ・魚の香草焼き ・サラダ  ・切干大根煮  578Kcal	5 ・ご飯  ・コーンスープ ・ムニエル  ・サラダ ・野菜のトマト煮  572Kcal
11 ・鮭しらすご飯  ・味噌汁 ・豆腐のあんかけ ・春雨の酢の物 ・山菜煮  562Kcal	12 ・ご飯 ・スープ  ・魚の酢豚風 ・中華サラダ ・もやし炒め  570Kcal	13 ・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  575Kcal	14 ・ご飯  ・そうめん汁  ・筑前煮  ・三杯酢 ・味噌たまご  573Kcal	15 ・ご飯  ・味噌汁 ・精進揚げ ・胡麻和え ・漬物  576Kcal	16 ・カレーライス ・サラダ ・おかか煮    581Kcal
18 ・ご飯  ・味噌汁 ・和風ハンバーグ ・サラダ ・含め煮  578Kcal	19 ・ご飯  ・味噌汁 ・鶏肉の照り焼き ・マリネ ・イカと里芋煮  563Kcal	20 ・ご飯  ・スープ ・豚肉の香味炒め ・アボカドサラダ ・ナスの味噌煮   573Kcal	21 ・ご飯  ・味噌汁 ・サバの塩焼き ・炒り豆腐和え ・野菜炒め  561Kcal	22 ーお楽しみ献立ー    573Kcal	23 ・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  573Kcal
25 ・ご飯  ・味噌汁 ・鮭の味噌焼き ・梅サラダ ・香味炒め  568Kcal	26 ・ご飯 ・味噌汁  ・魚の竜田焼き ・スパゲティー サラダ ・カレーソーテ  588Kcal	27 ・ご飯  ・スープ ・チキンソテー ・さつま芋サラダ ・ひじき煮  573Kcal	28 ・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  576Kcal	29 ・ご飯  ・スープ ・豚肉の焼き肉 ・鮭缶サラダ ・じゃが煮  583Kcal	30 ・ご飯  ・スープ ・マーボー豆腐 ・中華和え ・フロッコリーの 旨煮  578Kcal

* 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

