献 立 予 定 表　　2019年 8月

			1日 （木）	2日 （金）	3日 （土）
			ご飯	ご飯	ご飯
			豆腐ハンバーグ	ぶり照焼	白身魚唐揚甘酢あんかけ
			肉団子甘酢炒め	若竹煮	大根、油揚げ煮
			おくら、長芋おかかあえ	菜の花白和え	ほうれん草おかかあえ
			春菊ゆずあえ	わらびおかかあえ	いんげん生姜あえ
			なめこの味噌汁	赤だし（白菜、油揚）	えのき味噌汁
			オレンジ	マンゴ	白桃
			557kcal，塩分 3.2g	514kcal，塩分 2.7g	535kcal，塩分 2.6g
5日 （月）	6日（火）	7日 （水）	8日 （木）	9日（金）	10日 （土）
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
赤魚煮つけ	鮭ゆず味噌焼	ロールキャベツクリーム煮	チキンソテーレモン風味	とんかつ	かぼちゃしゅうまい
じゃが芋、ツナ煮	寄せ湯葉けんちん煮	豆腐きのこあんかけ	えび団子と白菜煮	茄子の生姜煮	ごぼうの玉子とじ
茄子みぞれあん	じゃが芋甘煮	金時豆	うの花炒り煮	ブロッコリーサラダ	じゃがいも、にんじん煮
アスパラナムル	れんこん金平	切り干し大根甘酢あえ	きゅうり、わかめ酢物	れんこん煮	マカロニサラダ
豆腐の味噌汁	白菜の味噌汁	わかめ、麩吸物	大根の味噌汁	えのきの味噌汁	キャベツの味噌汁
キウイフルーツ	黄桃	りんご缶	フルーツみつ豆	西洋ナシ	杏仁豆腐
506kcal，塩分 3.1g	534kcal，塩分 3.3g	514kcal，塩分 3.2g	557kcal，塩分 2.5g	548kcal，塩分 2.5g	530kcal，塩分 3.0g
12日 （月）	13日 （火）	14日（水）	15日（木）	16日 （金）	17日 （土）
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
エビフライ	ポ ト フ	鶏肉と野菜カレー煮	ハンバーグ照焼	白身魚和風野菜あんかけ	おでん
茄子トマト煮	枝豆白半、チンゲン菜煮	冬瓜、枝豆煮	野菜スクランブルエッグ	大根、ツナ煮	ほうれん草玉子とじ
春雨サラダ	かぼちゃ煮	菜の花からしあえ	ブロッコリーピーナッツあえ	春雨中華あえ	たけのこシュウマイ
ほうれん草ソテー	大根青じそあえ	きゅうり、にんじん酢物	しらすの酢物	キャベツゆずサラダ	大学芋
キャベツスープ	えのきの味噌汁	しめじの味噌汁	大根の味噌汁	赤だし（白菜、油揚）	わかめ、麩の味噌汁
白桃	デザートアロエ	ぶどう	キウイフルーツ	みかん缶	りんご缶
515kcal，塩分 3.3g	524kcal，塩分 3.5g	536kcal，塩分 3.3g	535kcal，塩分 2.5g	473kcal，塩分 2.7g	547kcal，塩分 3.4g

19日 （月）	20日 （火）	21日 （水）	22日 （木）	23日 （金）	24日 （土）
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
鶏肉のいも煮（みそ味）	肉じゃが	ポークビーンズ	黒メバル照焼	さわら梅煮	肉だんごとキャベツ和風煮
かに玉	アスパラ、エビくず煮	いわし団子、白菜煮	里芋、茄子田楽	厚揚げそぼろあんかけ	冷　奴
カリフラワー甘酢	菜の花からしあえ	ブロッコリー、ツナサラダ	金平ごぼう	春菊わさびあえ	切干し煮
冬瓜おかか煮	昆布豆	もやしのナムル	チンゲン菜、ちくわ煮	キャベツ、大葉甘酢	白菜おかかポン酢
しめじの吸物	もやしの味噌汁	赤だし（青菜、わかめ）	豆腐の味噌汁	えのきの味噌汁	なめこの味噌汁
フルーツみつ豆	オレンジ	キウイフルーツ	いちごゼリー	甘夏	杏仁豆腐
517kcal，塩分 2.5g	542kcal，塩分 2.8g	549kcal，塩分 2.8g	531kcal，塩分 3.2g	470kcal，塩分 2.4g	521kcal，塩分 2.9g

26日 （月）	27日 （火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日 （土）
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
さばおろし煮	クリームコロッケ	ホッケ塩焼	牛肉チンジャオ炒め	豚肉、野菜塩だれ炒め	黄金カレイ煮つけ
ブロッコリー、エビ塩ダレ炒め	れんこんそぼろ煮	ジャーマンポテト	焼き茄子	ふろふき大根	五目煮
白菜とわかめ酢物	きのこソテー	細切り昆布煮	ひじきサラダ	ポテト明太サラダ	小松菜ごまあえ
ポテトサラダ	ほうれん草おひたし	カニ、キャベツサラダ	春菊わさびあえ	菜の花煮びたし	きゅうり、カニ酢物
キャベツの味噌汁	白菜、油揚げ味噌汁	なめこの味噌汁	しめじの味噌汁	赤だし（なめこ、わかめ）	豆腐の味噌汁
みかん缶	マンゴ	黄桃	ぶどう	キウイフルーツ	白桃
521kcal，塩分 2.8g	515kcal，塩分 2.7g	542kcal，塩分 3.5g	487kcal，塩分 2.5g	521kcal，塩分 2.9g	489kcal，塩分 2.9g

＊ メニューが変わることがありましたら、ご了承の程、よろしくお願い致します。