

# 8月分

## デイサービス予定献立表

		1(火)				2(水)				3(木)				4(金)				5(土)							
		<b>赤飯</b> 赤魚のみりん漬け焼き 高野豆腐の煮物 大根と胡瓜の和え物 パイナップル 澄まし汁				<b>ごはん</b> <b>豚肉のスタミナ炒め</b> 大根のツナ煮 菜の花の磯和え マンゴー缶 味噌汁				<b>五目ひやむぎ</b> 茄子の肉味噌かけ 白菜の胡麻醤油和え ゼリー おにぎり				<b>ごはん</b> <b>鶏牛蒡メンチカツ</b> スパゲティーサラダ 青梗菜かに風味和え フルーツカクテル缶 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>白身魚金山寺味噌焼き</b> 炊き合わせ ほうれん草おかか和え バナナ 澄まし汁							
		413	20.6	5.4	2.7	467	23.1	8.6	3.0	560	15.3	15.0	3.3	557	13.3	16.5	2.3	452	23.3	4.1	2.6				
		薄皮一口まんじゅう				フルーチェ				ケーキドーナツ				あんみつ				コーヒークリームサンド							
		104	2.0	0.2	0.1	56	1.2	1.3	0.1	113	2.2	3.5	0.1	65	2.3	0.9	0.0	134	1.8	4.8	0.1				
		7(月)				8(火)				9(水)				10(木)				11(金)				12(土)			
昼食	<b>ごはん</b> <b>メバルの七味焼き</b> 里芋煮 胡瓜の生姜和え 黄桃缶 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>鶏肉のトマトソースかけ</b> ゴーヤチャンプルー 白菜のお浸し オレンジ 味噌汁				<b>夏野菜カレー</b> コールスローサラダ 香の物 フルーツヨーグルト コンソメスープ				<b>ごはん</b> <b>クリーム/コーンコロッケ</b> 蓮根金平 春雨の酢の物 すいか 味噌汁				<b>枝豆ご飯</b> カレイの生姜煮 豚肉と大根煮 <b>とろろ芋</b> ゼリー 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>豚肉の冷しゃぶ風</b> さつまいもの胡麻煮 キャベツの磯和え パン缶 味噌汁				
	422	18.4	3.1	2.3	444	23.5	8.0	2.1	590	15.9	16.1	3.0	543	11.0	13.2	2.5	448	23.3	3.9	2.0	581	13.9	16.6	2.2	
おやつ	おしるこ				ワッフル				原宿ドック				アイスクリーム				じゃがバター				ロールケーキ				
	97	3.6	4.3	0.0	97	2.8	5.3	0.2	110	2.6	5.0	0.1	202	2.8	12.2	0.2	75	0.8	4.2	0.2	98	1.4	4.9	0.1	
		14(月)				15(火)				16(水)				17(木)				18(金)				19(土)			
昼食	<b>ごはん</b> <b>豚肉のケチャップ炒め</b> 蓮根のマリネ 白菜のお浸し バナナ 味噌汁				<b>ちらし寿司</b> えび団子の煮物 ほうれん草生姜和え ゼリー 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>手作りハンバーグ</b> 茄子野菜のトマト煮 キャベツの胡麻和え ブルーベリー紅茶煮 コンソメスープ				<b>ごはん</b> <b>メバルの南部焼き</b> 大根と竹輪の煮物 菜の花の辛子和え みかん缶 味噌汁				<b>かき揚げうどん</b> 卵豆腐 胡瓜とワカメの酢の物 フルーツカクテル缶 おにぎり				<b>ごはん</b> <b>ホキの塩山椒焼き</b> 筑前煮 キャベツのおかか和え スイカ 味噌汁				
	477	16.7	9.5	2.3	435	17.3	2.9	3.6	618	17.5	20.8	2.4	428	20.8	4.7	2.4	558	16.4	16.2	3.8	424	22.9	5.1	2.4	
おやつ	どらやき				抹茶あずき				コーヒージェリー				あん巻き				抹茶ゼリー				苺ババロア				
	106	2.1	0.4	0.1	98	1.6	3.0	0.1	83	0.2	4.2	0.0	103	1.6	0.8	0.1	44	0.0	0.1	0.0	76	2.0	2.6	0.0	
		21(月)				22(火)				23(水)				24(木)				25(金)				26(土)			
昼食	<b>ごはん</b> <b>赤魚のバター醤油焼き</b> じゃが芋の煮付け 春菊の胡麻和え パン缶 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>揚げ鶏の甘酢ソースかけ</b> 冬瓜の炊き合わせ 白菜のお浸し オレンジ 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>ブリの照焼き</b> 卵の花炒め ほうれん草かに風味和え フルーツポンチ 豚汁				<b>豚丼</b> 南瓜の胡麻だれかけ チンゲン菜の和え物 バナナ 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>アジフライ</b> マカロニサラダ オクラの辛し和え マンゴー缶 味噌汁				<b>ごはん</b> <b>八宝菜</b> しゅうまい キャベツのツナ和え 杏仁豆腐 中華スープ				
	456	18.5	4.7	2.3	433	17.5	4.9	2.5	570	25.6	16.6	2.2	495	18.9	7.0	2.5	563	17.1	15.5	2.6	494	19.8	9.5	3.5	
おやつ	お好み焼き				黒糖ふかし				ようかん				苺クリームサンド				プリン				カステラ				
	61	2.7	1.7	0.5	80	1.6	0.1	0.3	74	3.9	0.2	0.0	122	1.6	4.6	0.1	117	4.3	4.0	0.1	108	2.2	1.0	0.0	
		28(月)				29(火)				30(水)				31(木)											
昼食	<b>チキンカレー</b> ミモザサラダ 香の物 フルーツヨーグルト コンソメスープ				<b>ごはん</b> <b>鯖の生姜焼き</b> 筍の煮合わせ キャベツのゆかり和え ゼリー 味噌汁				<b>冷やし中華</b> 茄子の甘味噌かけ 白菜のお浸し 梨 芋ご飯				<b>ごはん</b> <b>鶏肉の七味焼き</b> 里芋の煮物 胡瓜の和え物 黄桃缶 味噌汁												
	557	18.0	11.7	3.1	505	21.4	12.9	2.6	592	16.7	15.5	2.9	447	21.1	4.4	2.4									
		あん巻き				ロールケーキ				黒糖寒天				ホットケーキ											
		103	1.6	0.8	0.1	107	1.7	4.3	0.2	114	0.5	4.1	0.0	104	1.7	5.2	0.2								



※材料の仕入れの状況により、献立を変更することがありますので、予めご了承下さい