

# 令和5年8月 献立表

	7月30日(日)	7月31日(月)	8月1日(火)	8月2日(水)	8月3日(木)	8月4日(金)	8月5日(土)
朝食	メロンパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	肉団子スープ煮	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	ちくわ照り煮	いんげんのドレ和え	えび団子の旨煮	ソーセージソテー	じゃこピーマン	白菜の煮物
	果物 	果物	牛乳 	果物	牛乳 	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト 	味噌汁	果物 	味噌汁	味噌汁
	481Kcal 1.6g	333Kcal 2.5g	485Kcal 1.8g	375Kcal 2.5g	447Kcal 1.3g	336Kcal 2.2g	328Kcal 2.1g
昼食	【土用の丑の日】	シーフードカレー	赤飯	御飯	おにぎり	御飯	御飯
	うなぎ蒲焼き丼	漬物(福神漬)	鶏肉の味噌焼き	さわらの照り焼き	かやくうどん	ゆで豚の酢味噌かけ	鶏肉のレモン焼き
	野菜しんじょう煮	スナップエンドウサラダ	添え(オクラ)	添え(甘酢生姜)	なすの甘辛炒め	冬瓜のそぼろあんかけ	添え(白葱・オクラ)
	きゅうりの酢の物	コーヒーゼリー	切り干し大根煮	たけのこの土佐煮	果物 	いんげんの和え物	小松菜の炒め物
	赤だし 		長芋の梅和え	アスパラのツナ和え		清汁	冷奴 
すいか		清汁	味噌汁 			清汁 	
	661Kcal 4.1g	605Kcal 3.2g	602Kcal 2.8g	489Kcal 2.8g	522Kcal 2.5g	578Kcal 3.3g	580Kcal 3.3g
夕食	御飯 	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ハンバーグ 	鮭の塩焼き	牛肉のオイスターソース炒め	豚肉とさつま芋の中華炒め	焼き鳥(串なし)	魚のカレーパン粉焼き	肉じゃが
	添え(アスパラ・グラッセ)	添え(ししとう・人参)	春巻き	蒸しシューマイ	添え(白ねぎ・ししとう)	添え(スナップエンドウ)	金時豆煮
	チンゲン菜の煮浸し	かぼちゃのごま炒め	もずく酢 	ブロッコリーの中華和え	チンゲン菜炒め	れんこんのオランダ煮	ブロッコリーのドレ和え
	野菜サラダ	キャベツのわさびマヨ和え	味噌汁 	中華スープ	里芋の味噌和え	かぼちゃサラダ	味噌汁
コーンスープ	味噌汁 			清汁	オニオンスープ		
	607Kcal 3.5g	586Kcal 2.2g	670Kcal 3.4g	668Kcal 3.1g	565Kcal 3.2g	681Kcal 2.2g	668Kcal 2.6g
総合計	1749Kcal 9.2g	1524Kcal 7.9g	1757Kcal 8.0g	1532Kcal 8.4g	1534Kcal 7.0g	1595Kcal 7.7g	1576Kcal 8.0g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。