

# 令和5年8月 献立表

	8月6日(日)	8月7日(月)	8月8日(火)	8月9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金)	8月12日(土)
<b>朝食</b>	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	アスパラ炒め	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	ごま昆布佃煮
	牛乳	がんと煮	かぼちゃスープ煮	平天の旨煮	チンゲン菜のソテー	キャベツの和え物	ピーマンのツナ炒め
	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
	440Kcal 0.9g	368Kcal 2.2g	493Kcal 1.8g	328Kcal 2.6g	477Kcal 1.5g	334Kcal 2.1g	377Kcal 2.2g
<b>昼食</b>	御飯	御飯	キーマカレー	御飯	御飯	おにぎり	御飯
	白身魚のムニエル	牛肉の梅照り焼き	漬物(福神漬)	鶏山椒焼き	豚肉の南蛮ソースかけ	そうめん	さけの酒蒸し
	添え(グラッセ)	添え(ソテー)	野菜サラダ	添え(ししとう・人参)	しんじょう煮	高野の煮物	添え(豆腐・白菜)
	厚揚げとチンゲン菜の煮物	さつま芋の甘煮	オレンジゼリー	いんげんのそぼろ煮	焼きなす	すいか	もやし炒め
	海藻サラダ 	たけのこのかか和え		白菜の和え物	コンソメスープ		小松菜のえのき和え
	コンソメスープ	味噌汁 		味噌汁 			味噌汁
	564Kcal 3.1g	641Kcal 2.6g	621Kcal 3.0g	528Kcal 2.5g	527Kcal 2.8g	561Kcal 2.4g	503Kcal 2.9g
<b>夕食</b>	御飯	御飯	御飯	御飯 	御飯	御飯	御飯 
	豚の艶炒め	蒸し鶏の五目あんかけ	さばのごま焼き	ハンバーグ	さわらの香草焼き	牛肉のオイスター炒め	チキンソテー
	かぶの旨煮	ビーフン炒め	添え(白ねぎ・ししとう)	添え(アスパラ・グラッセ)	添え(ソテー)	大根菜の炒め煮	添え(ブロッコリー)
	カリフラワーの和え物	オクラの和え物	ほうれん草の卵とじ	じゃがいもソテー	ゴーヤ炒め	チーズサラダ	切り干し大根炒め煮
	味噌汁	中華スープ 	大根の甘酢和え	コールスローサラダ	なめたけおろし和え	味噌汁	モロヘイヤの生姜醤油和え
			味噌汁 	コーンスープ	味噌汁		コンソメスープ
		541Kcal 3.0g	576Kcal 2.7g	549Kcal 2.7g	667Kcal 3.6g	518Kcal 2.9g	641Kcal 3.2g
総合計	1545Kcal 7.0g	1585Kcal 7.5g	1663Kcal 7.5g	1523Kcal 8.7g	1522Kcal 7.2g	1536Kcal 7.7g	1508Kcal 7.9g

※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。