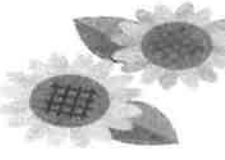


# 令和元年 8月献立表

日	月	火	水	木	金	土
				8月1日	8月2日	8月3日
<b>8月のお休みは、4日(日)・10日(土)・11日(日)・12日(月)・18日(日)・25日(日)・31日(土)第5土曜日 ※10日~12日まで夏季休暇です。</b> <b>★メニューは変更になる可能性があります。</b> <b>カロリーは目安となります。</b>				ごはん わかめ中華スープ 豚肉ときくらげの卵炒め 豆腐の梅おくら フルーツポンチ  <i>620 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (かぼちゃ、ねぎ) チキンカツ いかの五目炒め ジョア  <i>670 kcal</i>	ごはん 清汁 (なると、絹さや) 豚肉の生姜焼き えび団子と冬瓜の炊き合わせ 水羊羹  <i>750 kcal</i>
8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日
	とろっとオムライス コンソメスープ グリーンサラダ 果物と野菜のゼリー  <i>610 kcal</i>	たきこみごはん 味噌汁 (油揚げ、たまねぎ) 魚の塩焼き 肉詰めいなり 牛乳  <i>730 kcal</i>	ごはん ザーサイスープ 回鍋肉 しゅうまい 果物  <i>670 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (しめじ、わかめ) 白身魚のねぎだれ 焼きビーフン コーヒーゼリー  <i>680 kcal</i>	ぶた丼 清汁 (花麩、三つ葉) はるさめ酢の物 漬物 (しば漬け)  <i>600 kcal</i>	
8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日
		カレーライス スープ (ほうれん草、赤い豆) 卵と茹で野菜のサラダ 漬物 (福神漬け・うきざし) 果物と野菜のゼリー  <i>660 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (キャベツ、麩) 鶏のから揚げオニオンソース 五目煮 果物  <i>760 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (白菜、麩) 魚の煮付け (かかれい) じゃがいもの煮付け 牛乳  <i>640 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (大根、油揚げ) フライ盛り合わせ かぼちゃの煮物 ヤクルト  <i>780 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (ジャガイロ、いんげん) 焼き肉 いら豆腐 漬物 (きゅうり漬け)  <i>800 kcal</i>
8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
	ごはん 味噌汁 (豆腐、ねぎ) テンミン風卵焼き 鶏ごぼう 里芋サラダ  <i>640 kcal</i>	冷やしたぬき 夏野菜田菜 酢の物 (キャベツ、わかめ) スイートポテト  <i>640 kcal</i>	ごはん スーミータン バンバンジー 春巻き もやしのナムル  <i>630 kcal</i>	パン (バターロール) ジャム (いちご) スープ (たまねぎ、人参) グラタン&ウインナー イタリアンサラダ  <i>630 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (小松菜、麩) あじの南蛮漬け ひじきと大豆の煮付け とろろいも  <i>640 kcal</i>	わかめ御飯 けんちん汁 魚の照り焼き 切干大根の炒り煮 アスパラの梅肉和え  <i>620 kcal</i>
8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日
	エビピラフ スープ (キャベツ、人参) グリルチキン 果物  <i>630 kcal</i>	ごはん 味噌汁 (えのき、わかめ) かに玉 肉じゃが オクラのなめこ和え  <i>620 kcal</i>	スパゲティミートソース パンプキンスープ 野菜サラダ グレープゼリー  <i>680 kcal</i>	ごはん 清汁 (なると、ねぎ) 筑前煮 エビとブロッコリーの香味炒め 牛乳  <i>730 kcal</i>	ロコモコ丼 ジュリアンスープ おくらとみょうがのお浸し ジョア  <i>650 kcal</i>	