
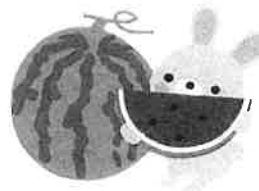


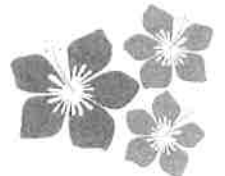
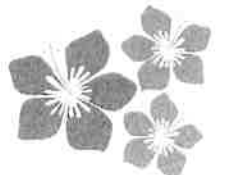
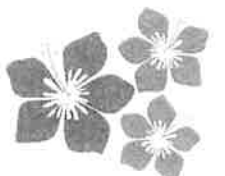




8月 献立表

日	月	火	水	木	金	土
8月 1日	8月 2日	8月 3日	8月 4日	8月 5日	8月 6日	8月 7日
	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 ショア 600kcal	ごはん 味噌汁 エビフライ 五目炒め 漬物 575kcal	ごはん 清汁 筑前煮 小柱とブロッコリーの香味炒 牛乳 704kcal	オムライス コンソメスープ グリーンサラダ ピーチゼリー 645kcal	ごはん 味噌汁 魚の塩焼き 肉詰めいなり 蜜おさつ 700kcal	
8月 8日	8月 9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日
		カレーライス スープ 卵と野菜のサラダ 漬物(福神漬け・ラッコ) ヨーグルト 690kcal	ぶた丼 清汁 はるさめ酢の物 漬物 670kcal	ごはん 味噌汁 魚の粕漬け 焼きビーフン タラモサラダ 647kcal	ごはん 味噌汁 鶏のから揚げオニオンソース 五目煮 果物 746kcal	ごはん ザーサイスープ 回鍋肉 しゅうまい、 果物 630kcal
8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日
	ごはん 味噌汁 とんかつ かぼちゃの煮物 ヘルシーサラダ 660kcal	ごはん 味噌汁 チキンのレモンペッパー焼き 豆腐チャンプルー ささげのお浸し 620kcal	ごはん 味噌汁 焼き肉 大根とあさりの炒め煮 漬物 706kcal	冷やしきつねうどん ちくわの磯辺揚げ 酢の物 スイートポテト 636kcal	ゆかりごはん 味噌汁 魚の煮付け(かわいい) じゃがいもの煮付け 牛乳 640kcal	ごはん 清汁(なると、ねぎ) チキンチャップ 厚揚げの味噌炒め もやしサラダ 630kcal
8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日
	ごはん わかめ中華スープ 豚肉のネギ塩ダレ 豆腐の梅おくら プリン 640kcal	ごはん 味噌汁 あじの南蛮漬け ひじきと大豆の煮付け とろろいも 630kcal	パン(バターロール) ジャム 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 630kcal	エビピラフ スープ グリルチキン フルーツポンチ 700kcal	ごはん 味噌汁 かに玉 肉じゃが オクラのなめこ和え 640kcal	スパゲティミートソース パンプキンスープ 野菜サラダ 果物 640kcal
8月29日	8月30日	8月31日				
	ハヤシライス コンソメスープ イタリアンサラダ ヨーグルト 760kcal	わかめ御飯 けんちん汁 魚の照り焼き 切干大根の炒り煮 小松菜と根菜煮びたし 650kcal			<p>お休みは～ 1・7・8・9・15・22・29日です。 ★メニューは変更になる可能性があります。 ★カロリーは目安となります。</p>	