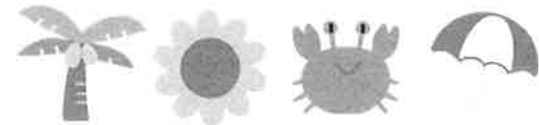


令和4年8月献立表



日	月	火	水	木	金	土
	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6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 ジョア 600kcal	ごはん 味噌汁 エビフライ 五目炒め 漬物 580kcal	ごはん 清汁 筑前煮 照り焼き豆腐ハンバーグ 7ル-チ 710kcal	オムライス コンソメスープ グリーンサラダ 牛乳 720kcal	ごはん 味噌汁 魚の塩焼き 肉詰めいなり さつまいもの甘露煮 590kcal	夏休み
8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日
夏休み	夏休み	ごはん 味噌汁 赤魚の粕漬け 焼きビーフン タラモサラダ 620kcal	ごはん ザーサイスープ 回鍋肉 しゅうまい 果物 630kcal	山の日 	ごはん 味噌汁 鶏のから揚げオニオンソース 五目煮 果物 710kcal	ぶた丼 清汁 はるさめ酢の物 漬物 670kcal
8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日
	ビーフカレー スープ 卵と野菜のサラダ 漬物(福神漬け・ラッキョ) ヨーグルト 760kcal	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 チキンのレモンベツパー焼き 豆腐チャンフルー ささげのお浸し 640kcal	ごはん 味噌汁 焼き肉 ひじきの煮物 かぶの梅肉和え 720kcal	冷やしうどん 野菜かき揚げ 酢の物 スイートポテト 570kcal	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
8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日
	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 650kcal	ごはん わかめ中華スープ 豚肉のネギ塩ダレ 中華風奴 プリン 680kcal	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 590kcal	ごはん 味噌汁 豚肉の角煮風 さつま芋サラダ ぶどうゼリー 840kcal	エビピラフ スープ 鶏肉のバジルレモンソテー フルーツポンチ 690kcal	ごはん 味噌汁 かに玉 肉じゃが オクラのなめこ和え 640kcal
8月28日	8月29日	8月30日	8月31日	★8月のお休みは、6日(土)、7日(日)、8日(月)、 11日(木祝)、14日(日)、21日(日)、28日(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。		
	スパゲティミートソース スープ(たまねぎ、人参) 納豆のソテー 果物 840kcal	ハヤシライス コンソメスープ 野菜サラダ ヨーグルト 740kcal	わかめ御飯 味噌汁(キハバツ、油揚げ) ぶりの照り焼き 切干大根の炒り煮 白和え 740kcal			