

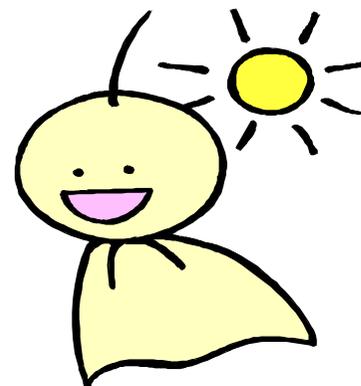
6/16(月)~6/30(月)普通食献立表(昼) 高齢者配食サービス

手作り弁当の秋田屋食品 TEL 058-246-6337

16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
<ul style="list-style-type: none"> ★ あじの南蛮漬け ★ 回鍋肉 ★ インゲンの胡麻和え ★ 切干大根と昆布の旨煮 ★ 五目豆の煮物 ★ 白飯 塩分 3.4g 644kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ 鯛の煮付 ★ 肉団子のカレー風味 ★ シメジとカラフラワーのオイスター炒め ★ 法蓮草のお浸し ★ 竹の子の煮物 ★ 白飯 塩分 3.4g 624kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ 焼きそば ★ メンチカツ ★ スナップエンドウの胡麻和え ★ にらと蓮根の挽肉炒め ★ こんにゃくの金平 ★ 白飯 塩分 3.2g 652kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ 鮭の塩焼 ★ すき焼き風煮物 ★ さつま芋と昆布の旨煮 ★ 半べんの煮付 ★ オクラとかまぼこの和え物 ★ 白飯 塩分 3.4g 646kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ ホッケの塩焼 ★ 筑前煮 ★ 厚揚げと角麩の煮物 ★ 春雨サラダ ★ 小松菜のお浸し ★ 白飯 塩分 3.2g 643kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ 酢豚 ★ 春巻き ★ 炒めなます ★ れんこんのたらこ和え ★ 菜の花の辛子和え ★ 白飯 塩分 3.5g 612kcal

22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
休	<ul style="list-style-type: none"> ★ 豚肉と茄子の味噌炒め ★ カレイのネギソース ★ 南瓜と竹輪の煮物 ★ 胡麻団子 ★ こんにゃくの旨煮 ★ 白飯 塩分 3.2g 630kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ ロールキャベツ ★ おろしハンバーグ ★ ペンネアラビアータ ★ 里芋の海苔和え ★ 水菜とササミのサラダ ★ 白飯 塩分 3.4g 600kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ メバルの煮付 ★ 冷しゃぶ ★ ナスの挽肉炒め ★ 青梗菜とエノキの和え物 ★ 金平牛蒡 ★ 白飯 塩分 3.5g 610kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ オムレツ ★ 八宝菜 ★ 大根の煮物 ★ エビチリソース ★ もやしのナムル ★ 白飯 塩分 3.2g 605kcal	<ul style="list-style-type: none"> ★ 豚肉の生姜焼き ★ ミニハンバーグ ★ がんもと半平の煮物 ★ ネギとあさりの味噌和え ★ アスパラのバター醤油炒め ★ 白飯 塩分 3.3g 646kcal

28日(土)	29日(日)	30日(月)
<ul style="list-style-type: none"> ★ カニ玉 ★ 肉豆腐 ★ インゲンとツナの炒り煮 ★ 切干大根の三杯酢和え ★ ミートボール ★ 白飯 塩分 3.3g 615kcal	休	<ul style="list-style-type: none"> ★ 鯖のカレー風味煮 ★ 焼きビーフン ★ 大学芋 ★ 牛蒡の梅かつお風味 ★ ピーマンの昆布和え ★ 白飯 塩分 3.5g 634kcal



※お願い
 ・食品衛生上、当日午後1時までにお召し上がり下さい
 ・材料入手の関係で多少変更させて頂くことがあります