

8/1(金)~8/15(金)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

1日(金) ★ 八宝菜 ★ チヂミ ★ ズッキーニとベーコンのソテー ★ チンゲン菜の和え物 ★ ひじきと枝豆のサラダ ★ 白飯 塩分 3.1g 638kcal	2日(土) ★ カレイの甘酢あん ★ 野菜と肉団子の旨煮 ★ シューマイ ★ ピーマンの甘辛炒め ★ 小松菜のなめたけ和え ★ 白飯 塩分 3.3g 640kcal	3日(日) 休	4日(月) ★ デミグラスハンバーグ ★ 野菜の卵とじ ★ 竹輪と大根の味噌煮 ★ キノコの当座煮 ★ ブロッコリーとコーンの和え物 ★ 白飯 塩分 3.2g 650kcal	5日(火) ★ 回鍋肉 ★ さんまの梅煮 ★ ぜんまいの煮物 ★ ピリ辛こんにゃくのうま煮 ★ 春雨サラダ ★ 白飯 塩分 3.1g 604kcal	6日(水) ★ 焼きビーフン ★ 鯖の塩焼き ★ ゴーヤの味噌炒め ★ 竹の子のおかか煮 ★ 焼き竹輪の胡麻和え ★ 白飯 塩分 3.3g 600kcal
7日(木) ★ 焼きそば ★ クリームコロッケ ★ オムレットマトソース ★ 青梗菜のしらす和え ★ にらと白滝のおかか炒め ★ 白飯 塩分 3.0g 647kcal	8日(金) ★ トンカツ ★ ホッケの塩焼き ★ 大学芋 ★ もやしと青しその和え物 ★ ヤングコーンのバター炒め ★ 白飯 塩分 3.0g 630kcal	9日(土) ★ 鮭の塩焼き ★ 里芋とねぎのそぼろあん ★ 蒸し鶏のさっぱり和え ★ エノキと法蓮草の炒め物 ★ ピリ辛こんにゃく ★ 白飯 塩分 3.2g 610kcal	10日(日) 休	11日(月) ★ 冷しゃぶ ★ コロッケ ★ 彩りピーマンとしめじの炒め ★ 五目豆の煮物 ★ ひじきと水菜のサラダ ★ 白飯 塩分 3.4g 631kcal	12日(火) ★ 鶏の唐揚げ油淋鶏ソース ★ 竹の子と肉団子の甘酢あん ★ 茄子の揚げびたし ★ キャベツとハムの炒め物 ★ マカロニサラダ ★ 白飯 塩分 3.1g 650kcal
13日(水) 休	14日(木) 休	15日(金) 休			

※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
 ・食材入手の関係で多少変更させていただくことがあります