

8/16(土)~8/31(日)普通食献立表(夜) 高齢者配食サービス

手作り会館の秋田屋食品

TEL 058-246-6337

16日(土) 休	17日(日) 休	18日(月) ★ 白身フライ ★ 肉団子の甘酢あん ★ 焼きギョーザ・玉子焼き ★ ジャーマンポテト ★ インゲンの胡麻和え ★ わかめサラダ ★ 白飯 塩分 3.1g 622kcal	19日(火) ★ 豚の味噌焼き ★ 鮭の竜田揚げミソレホン酢 ★ 有頭エビと椎茸の煮物 ★ 小松菜としらすの和え物 ★ 竹の子の煮物 ★ 南瓜のいとこ煮 ★ 白飯 塩分 3.2g 650kcal	20日(水) ★ さわらの梅煮 ★ 鶏肉と野菜の玉子とじ ★ 厚揚げと半ぺんの煮物 ★ 三つ葉とツナのサラダ ★ 法蓮草としめじの胡麻和え ★ ズッキーニの揚げ浸し ★ 白飯 塩分 3.1g 600kcal	21日(木) ★ 味噌カツ ★ オムレツトマトソース ★ ぜんまいの炒め物 ★ 長芋のバター醤油焼き ★ 小松菜とジャコの生姜醤油 ★ スパゲティサラダ ★ 白飯 塩分 3.1g 632kcal
22日(金) ★ カレイとキノコの酒蒸し ★ ラタトゥイユ ★ カボチャのおかか煮 ★ 竹の子の金平 ★ 絹さやのカニカマ和え ★ さつま揚げと椎茸の煮物 ★ 白飯 塩分 3.1g 601kcal	23日(土) ★ 鮭のネギソース ★ 肉団子とさつま芋の甘酢あん ★ ピーマンと白滝のおかか炒め ★ 法蓮草とコーンの炒め物 ★ イカと玉ねぎのマリネ ★ 高野豆腐と椎茸の煮物 ★ 白飯 塩分 3.5g 640kcal	24日(日) 休	25日(月) ★ 鶏の照り焼き ★ 焼き豆腐と糸コンのうま煮 ★ ベーコンとれんこんの炒り煮 ★ ひじきと大豆の煮物 ★ ニラ玉 ★ あさりとネギの味噌和え ★ 白飯 塩分 3.1g 642kcal	26日(火) ★ 焼豚・煮卵 ★ 牛肉コロッケ・シューマイ ★ じゃこなす ★ エビのチリソース ★ たたき牛蒡 ★ ピーマンとキノコの甘辛煮 ★ 白飯 塩分 3.0g 650kcal	27日(水) ★ 春巻き・カレー粉ふき芋 ★ 酢豚 ★ エビとブロッコリーの炒め物 ★ ネギとイカの辛子味噌和え ★ 白はんぺんの煮物 ★ 枝豆サラダ・トマト ★ 白飯 塩分 3.1g 615kcal
28日(木) ★ あじとピーマンの南蛮漬け ★ 豚しゃぶ ★ 野菜巾着 ★ 大根としめじの煮物 ★ ズッキーニと桜エビの炒め物 ★ 竹の子の山椒煮 ★ 白飯 塩分 3.2g 630kcal	29日(金) ★ 麻婆豆腐 ★ 鯖の塩焼き ★ 三色なます ★ オクラのおかか醤油 ★ ホタテと人参の中華蒸し ★ 長芋の梅肉和え ★ 白飯 塩分 3.3g 612kcal	30日(土) ★ 茄子の肉味噌かけ ★ エビフライ ★ 丸揚げと小松菜の煮びたし ★ 青梗菜と桜エビの炒め物 ★ イカのマリネ ★ シューマイ ★ 白飯 塩分 3.1g 644kcal	31日(日) 休		

※お願い

- ・食品衛生上、当日午後7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