

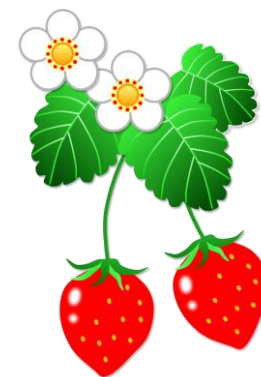
5/16(土)~5/31(日)普通食献立表(昼) 高齢者配食サービス

手作り弁当の秋田屋食品 TEL 058-246-6337

16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)
★ 白身カレイのおろしポン酢かけ ★ チャブチエ ★ ぜんまいの煮物 ★ マカロニサラダ ★ 結び蒟蒻の煮物 ★ 白飯 塩分 3.4g 612kcal	<h2>休</h2>	★ デミグラスハンバーグ ★ ペンネアラビアータ ★ 大根の煮物 ★ コールスローサラダ ★ 小松菜の和え物 ★ 白飯 塩分 3.4g 625kcal	★ メバルの煮付 ★ 筑前煮 ★ ササミフライ ★ ひじきの煮物 ★ イカとわかめの酢の物 ★ 白飯 塩分 3.5g 640kcal	★ ホツケの塩焼 ★ 挽肉もやし炒め ★ 竹の子の山椒和え ★ キュウリと大根の和え物 ★ たたき牛蒡の味噌和え ★ 白飯 塩分 3.5g 609kcal	★ 八宝菜 ★ 焼き豆腐の煮付 ★ 茄子の田楽 ★ 小松菜とエノキのお浸し ★ 竹輪の明太子和え ★ 白飯 塩分 3.3g 634kcal

22日(金)	23日(土)	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)
★ 炒り豆腐 ★ コロッケ ★ 蒸し鶏のサラダ ★ 大根の煮物 ★ イカとネギ味噌和え ★ 白飯 塩分 3.4g 655kcal	★ 酢豚 ★ 中華風カニ玉 ★ 切干大根と山菜の煮物 ★ コーンサラダ ★ カボチャの煮物 ★ 白飯 塩分 3.3g 638kcal	<h2>休</h2>	★ 鯖の塩焼き ★ 肉団子の野菜あんかけ ★ ほうれん草のお浸し ★ 竹の子のおかか醤油煮 ★ アスパラベーコン ★ 白飯 塩分 3.5g 612kcal	★ あじの南蛮漬け ★ 麻婆茄子 ★ 金平牛蒡 ★ スナッフエンドウの胡麻和え ★ 厚揚げと人参の煮物 ★ 白飯 塩分 3.2g 626kcal	★ チンジャオロース ★ 春巻き ★ がんもの煮付 ★ 中華春雨サラダ ★ 菜の花の辛子和え ★ 白飯 塩分 3.3g 650kcal

28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
★ ざるそば ★ さつま芋とイカの天ぷら ★ 竹輪の味噌煮 ★ ひじきの煮物 ★ ブロッコリーのサラダ ★ 白飯 塩分 3.5g 653kcal	★ 魚の塩焼 ★ 豚肉と蓮根のオイスター炒め ★ かぼちゃのおかか煮 ★ きゅうりとツナの和え物 ★ シューマイ ★ 白飯 塩分 3.1g 609kcal	★ 野菜の玉子とじ ★ ぶりの煮付 ★ ぜんまいの煮物 ★ ほうれん草の胡麻和え ★ ポテトサラダ ★ 白飯 塩分 3.4g 650kcal	<h2>休</h2>



※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