

9/1(火)~9/15(火)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(火) ★ ハンバーグのトマトソース ★ スパゲティ ★ ナスのしらす入り揚げびたし ★ ぜんまいの煮物 ★ インゲンの和え物 ★ 白飯 塩分 3.4g 642kcal	2日(水) ★ 春雨とワンタンのコンソメ煮込 ★ タラの甘酢あん ★ 高野豆腐の煮物 ★ アスパラのカレー炒め ★ 大学芋 ★ 白飯 塩分 3.2g 634kcal	3日(木) ★ 焼肉 ★ カニ玉 ★ 大根の梅和え ★ 里芋とベーコンの煮物 ★ ゴーヤの佃煮 ★ 白飯 塩分 3.1g 631kcal	4日(金) ★ イワシの塩焼き ★ クリームコロッケ ★ 半ペンとネギの炒め物 ★ コンニャクと竹の子のピリ辛炒め ★ 法蓮草のお浸し ★ 白飯 塩分 3.5g 623kcal	5日(土) ★ メルルーサの塩焼き ★ 厚揚げと里芋のそぼろあん ★ ササミと水菜の梅肉和え ★ 小松菜のお浸し ★ コーンとツナの和え物 ★ 白飯 塩分 3.1g 631kcal	6日(日) 休
7日(月) ★ 麻婆豆腐 ★ アジの甘酢あんかけ ★ ニラともやしの炒め物 ★ ひじきの煮物 ★ シューマイ ★ 白飯 塩分 3.2g 603kcal	8日(火) ★ 八宝菜 ★ チキンカツ ★ インゲンの味噌和え ★ がんもの煮付 ★ 竹輪の胡麻和え ★ 白飯 塩分 3.2g 640kcal	9日(水) ★ 酢豚 ★ 春巻き ★ 白菜の煮浸し ★ 信田巻き ★ ブロッコリーの和え物 ★ 白飯 塩分 3.1g 640kcal	10日(木) ★ 鯖の塩焼き ★ 里芋と厚揚げのひき肉あん ★ なます ★ 蓮根の金平 ★ イカとネギの生姜和え ★ 白飯 塩分 3.5g 603kcal	11日(金) ★ すき焼き ★ 白身魚の野菜甘酢あんかけ ★ 大根の煮物 ★ ブロッコリーの和え物 ★ 竹輪の煮物 ★ 白飯 塩分 3.5g 600kcal	12日(土) ★ 豚肉と大根の旨煮 ★ 野菜巾着 ★ 小松菜とツナの和え物 ★ わかめの酢の物 ★ ポテトサラダ ★ 白飯 塩分 3.3g 644kcal
13日(日) 休	14日(月) ★ チャプチェ ★ オムレツ ★ 蒟蒻の煮物 ★ さつま芋のレモン煮 ★ きゅうりの梅かつお和え ★ 白飯 塩分 3.5g 650kcal	15日(火) ★ 焼き豆腐の旨煮 ★ 切干大根の煮物 ★ チンゲン菜のめんつゆ和え ★ 人参とササミの胡麻和え ★ わかめとコーンの酢の物 ★ 白飯 塩分 3.2g 620kcal			

※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