

9/1(火)~9/15(火)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

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
★ 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 ★ スッキーニと桜エビの炒め物 ★ 玉子焼き ★ 白飯 塩分 3.2g 630kcal	★ 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	★ 茄子の肉味噌かけ ★ エビフライ ★ 丸揚げの煮付 ★ 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	★ さんまの煮付 ★ 挽肉と春雨の炒め物 ★ 大根の煮物 ★ もやしの胡麻酢和え ★ 豆腐バーグ ★ エビチリ ★ 白飯 塩分 3.1g 590kcal	★ トンテキ ★ 肉団子のきのこあんかけ ★ 茄子の揚げ浸し ★ きゅうりの酢の物 ★ ブロッコリーのサラダ ★ ハムとピーマンの炒め物 ★ 白飯 塩分 3.2g 618kcal	休

7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
★ 魚の野菜あんかけ ★ 回鍋肉 ★ かぼちゃと大根の煮物 ★ 竹輪の酢味噌和え ★ トウモロコシの塩茹で ★ イカのマリネ ★ 白飯 塩分 3.5g 595kcal	★ メバルの煮付 ★ 鶏肉と竹の子の卵とじ ★ 長芋のベーコン煮 ★ しめじのポン酢和え ★ スナックエンドウの胡麻和え ★ ミックスビーンズカレー風味 ★ 白飯 塩分 3.3g 648kcal	★ 煮豚・煮卵 ★ 焼き豆腐と夏野菜の煮物 ★ 冬瓜と桜エビの煮物 ★ 法蓮草とえのきのお浸し ★ ちくわのたらこ和え ★ 大学芋 ★ 白飯 塩分 3.5g 603kcal	★ アジの塩焼き ★ ゴーヤチャンプル ★ 茄子の味噌かけ ★ ミートボール ★ きゅうりの梅おかか和え ★ オクラの海苔和え ★ 白飯 塩分 3.4g 619kcal	★ 揚げだし豆腐 ★ カレイのネギソース ★ 豚肉とブロッコリーの味噌炒め ★ 角麩と半ぺんの煮物 ★ 椎茸とがんもの旨煮 ★ エビマリネ ★ 白飯 塩分 3.3g 650kcal	★ ころうどん ★ エビと芋の天ぷら ★ れんこんの金平 ★ かぼちゃとじゃこの煮物 ★ 五目豆の煮物 ★ インゲンの和え物 ★ 白飯 塩分 3.5g 637kcal

13日(日)	14日(月)	15日(火)
休	★ 麻婆春雨 ★ 白身フライ ★ ラタトゥーユ ★ 枝豆入りひじきの煮物 ★ ワカメとキノコの生姜醤油和え ★ シューマイ ★ 白飯 塩分 3.5g 633kcal	★ 鯖のカレー風味煮 ★ ナスの挽肉炒め ★ 冬瓜と肉団子の煮物 ★ とうもろこしの塩茹 ★ ブロッコリーのツナ和え ★ じゃが芋の明太子和え ★ 白飯 塩分 3.5g 617kcal



※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
- ・材料入手の関係で多少変更させて頂くことがあります