



R6年8月の献立表



	朝	昼	おやつ	夕	
8/1 (木)	ご飯(全粥) 味噌汁 ソーセージ炒め 茄子お浸し 刻み胡瓜漬(青) 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) コロッケ もやしの酢の物 桃ゼリー	カルシウムせんべい お茶	ご飯(全粥) 袋煮 利休和え みかん缶	エネルギー ... 1570kcal 蛋白質 ... 44.5g 脂質 ... 44.9g
8/2 (金)	ご飯(全粥) 味噌汁 しらすおろし 五目豆 たくあん漬 梅干し 牛乳	稻荷ずし しゅうまい オクラとみょうがの和え物 豚汁	ココアプリン	ご飯(全粥) 魚の葱たれ焼き 茄子のおかか煮 清汁	エネルギー ... 1487kcal 蛋白質 ... 50.3g 脂質 ... 35.8g
8/3 (土)	ご飯(全粥) 味噌汁 さつま揚げ煮 伊達巻 桜漬 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) 野菜炒め 南瓜と小豆のいとこ煮 味噌汁	ミロオレ	ご飯(全粥) 卵豆腐野菜あんかけ 胡瓜とワカメの酢の物 桃缶	エネルギー ... 1560kcal 蛋白質 ... 44.2g 脂質 ... 36.9g
8/4 (日)	ご飯(全粥) 味噌汁 キャベツ炒り 金山寺味噌 刻み高菜漬 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) 生姜焼き コールスロー 味噌汁	小倉ミルク	ご飯(全粥) 鶏もも肉甘辛煮 揚げ茄子の酢の物 ヨーグルトゼリー	エネルギー ... 1640kcal 蛋白質 ... 59.2g 脂質 ... 51.4g
8/5 (月)	ご飯(全粥) 味噌汁 納豆 鮭フレーク 刻み胡瓜漬(赤) 梅干し 牛乳	ハヤシライス 豆腐サラダ ヨーグルト和え かき卵わかめスープ	ところてん お茶	ご飯(全粥) 麻婆茄子 いんげんの和風サラダ 南瓜の茶巾絞り	エネルギー ... 1579kcal 蛋白質 ... 45.4g 脂質 ... 49.2g
8/6 (火)	ご飯(全粥) 味噌汁 はんぺんの含め煮 昆布の佃煮 大根つぼ漬 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) 煮魚(ムキガレイ) なめ茸和え カルピスゼリー	デザートムース (パイン味)	ご飯(全粥) 豆腐の千草焼き 焼きなすの葱味噌添え トマトスライス	エネルギー ... 1440kcal 蛋白質 ... 50.3g 脂質 ... 27.7g
8/7 (水)	ご飯(全粥) 味噌汁 和風炒り卵 あみの佃煮 しその実漬 梅干し 牛乳	そうめん(胡麻汁) 夏野菜天ぷら 牛乳寒黒蜜かけ	和菓子 お茶	ご飯(全粥) 白身魚の柳川風 ブロッコリーの胡麻和え 清汁	エネルギー ... 1629kcal 蛋白質 ... 52.0g 脂質 ... 31.3g
8/8 (木)	ご飯(全粥) 味噌汁 まぐろ味付けフレーク おまめさん金時豆 桜漬 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) 焼き魚(鮭) 大根金平 バナナヨーグルト	おせんべい お茶	ご飯(全粥) 肉じゃが トマトサラダ 中華風浅漬	エネルギー ... 1489cal 蛋白質 ... 44.8g 脂質 ... 37.4g
8/9 (金)	ご飯(全粥) 味噌汁 なめ茸おろし 昆布豆 刻み胡瓜漬(赤) 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) はんぺん揚げ コールスロー わかめスープ	デザートムース (パイン味)	ご飯(全粥) 魚のカレームニエル 切り干し大根炒り煮 味噌汁	エネルギー ... 1557kcal 蛋白質 ... 46.7g 脂質 ... 42.0g
8/10 (土)	ご飯(全粥) 味噌汁 納豆 いんげんのおかか煮 福神漬 梅干し 牛乳	ご飯(全粥) すき焼き風煮付け 中華ナムル 人参ゼリー	ミロオレ	ご飯(全粥) 擬製豆腐 糸昆布とさつま揚げの醤油煮 胡瓜の梅かつお和え	エネルギー ... 1547kcal 蛋白質 ... 48.1g 脂質 ... 35.8g

