





メニュー表

			8月 1日(木曜日)	8月 2日(金曜日)	8月 3日(土曜日)
			ご飯 肉団子の酢豚風 ゴーヤ卵炒め 菜の花のお浸し 赤だし 547kcal	ご飯 サバの塩焼き 茄子の煮物 キャベツの和え物 吸物 464kcal	千草焼のあんかけもやし丼 ビーファン炒め 水菜のピーナツ和え 味噌汁  488kcal
			カスタードワッフル 90kcal	きなこパンケーキ 55kcal	抹茶饅頭 100kcal
8月 5日(月曜日)	8月 6日(火曜日)	8月 7日(水曜日)	8月 8日(木曜日)	8月 9日(金曜日)	8月10日(土曜日)
ご飯 白身魚のタルタル焼き キャベツ炒め 青菜の和え物 味噌汁 468kcal	カレーライス オムレツ インゲンの信田和え 漬物  511kcal	ご飯 和風ハンバーグ ひじきの煮物 大根サラダ 味噌汁 457kcal	ご飯 フーチャンプル(沖縄県) 野菜焼 白菜の和え物 味噌汁 482kcal	散らし寿司 馬鈴薯の煮物 春雨のサラダ 吸物 甘酢生姜 415kcal	ご飯 焼きサバの香味だれ 冬瓜の味噌かけ チンゲン菜の和え物 吸物  468kcal
ドームケーキ(チョコ) 110kcal	黒糖饅頭 104kcal	どらやき(抹茶) 118kcal	バニラムース 66kcal	バナナケーキ 83kcal	りんごゼリー 49kcal

メニュー表

8月12日(月曜日)	8月13日(火曜日)	8月14日(水曜日)	8月15日(木曜日)	8月16日(金曜日)	8月17日(土曜日)
ご飯 擬製豆腐 パプリカの金平風 インゲンのおかか和え 味噌汁 461kcal	ご飯 白身フライ 切干大根の煮物 味噌汁 フルーツ  481kcal	ゆかりご飯 冷やし中華 高野の煮物 チンゲン菜のお浸し 460kcal	ご飯 豚肉と南瓜の煮物 ひじきの炒め煮 インゲンのわさび和え 味噌汁 607kcal	ご飯 コロッケ2種 カリフラワーのコンソメ煮 吸物 フルーツ 459kcal	カレーライス 玉子ロール キャベツのポン酢和え 漬物  514kcal
酒まんじゅう 77kcal	パームクーヘン 103kcal	メロンムース 69kcal	ドームケーキ(こしあん) 105kcal	どら焼き(カスタード) 110kcal	もみじまんじゅう 104kcal
8月19日(月曜日)	8月20日(火曜日)	8月21日(水曜日)	8月22日(木曜日)	8月23日(金曜日)	8月24日(土曜日)
ご飯 天ぷら盛り合わせ 冬瓜のくず煮 味噌汁 フルーツ 490kcal	ご飯 豚肉と豆腐の煮物 ピーマンの金平 キャベツの和え物 味噌汁 494kcal	ご飯 鶏のバター醤油ソースかけ 白菜のお浸し 春雨酢の物 吸物  455kcal	ご飯 白身魚のパン粉焼き さつま芋の煮物 もやしのドレッシング和え 味噌汁 555kcal	枝豆ご飯 冷汁うどん(埼玉県) 茄子の煮物 チンゲン菜の和え物 425kcal	ご飯 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト ほうれん草のゴマ和え スープ 489kcal
小倉ようかん 107kcal	オレンジゼリー 48kcal	焼プリンタルト 122kcal	チョコバームクーヘン 105kcal	マンゴープリン 37kcal	抹茶パンケーキ 56kcal
8月26日(月曜日)	8月27日(火曜日)	8月28日(水曜日)	8月29日(木曜日)	8月30日(金曜日)	8月31日(土曜日)
散らし寿司 南瓜の煮物 小松菜のわさび和え 赤だし 甘酢生姜  404kcal	ご飯 ミートボールの和風あん 茄子の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁 547kcal	ご飯 白身魚の柚子こしょう焼き 高野の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁 457kcal	菜飯 冷やしそば 大根の煮物 白菜のおかか和え 387kcal	ご飯 チキンのトマトソース 五目煮 コールスローサラダ 味噌汁 492kcal	ご飯 麻婆茄子 冬瓜の煮物 チンゲン菜のドレッシング和え スープ  444kcal
ミニたい焼き 82kcal	プリン 73kcal	薄皮饅頭 86kcal	抹茶ワッフル 80kcal	アイスcream 89kcal	ドームケーキ(カスタード) 116kcal