



メニュー表



		8月 1日 (火)	8月 2日 (水)	8月 3日 (木)	8月 4日 (金)	8月 5日 (土)
		ご飯 コロッケ/エビフライ ゴーヤ卵炒め 味噌汁 フルーツ 596 kcal	ご飯 サワラのムニエル 冬瓜の煮物 インゲンの辛子和え 味噌汁 514 kcal	ご飯 マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 小松菜の中華和え 中華スープ 600 kcal	枝豆ご飯 冷汁うどん (埼玉県) ｷﾝゲﾝ菜の炒め煮 茄子の煮物 492 kcal	ご飯 鶏肉の照り煮 ジャーマンポテト 法連草のおかか和え 赤だし 552 kcal
		抹茶ﾊﾟﾝｹｰｷ 56 kcal	フルーツ杏仁 45 kcal	ｰｰｰｰｰｰｰ 67 kcal	ミニたい焼き 93 kcal	バニラアイス 151 kcal
8月 6日 (日)	8月 7日 (月)	8月 8日 (火)	8月 9日 (水)	8月10日 (木)	8月11日 (金)	8月12日 (土)
ご飯 和風ハンバーグ 里芋の味噌煮 大根のぽん酢和え 吸物 512 kcal	ハヤシライス 玉子ロール サラダ 漬物 587 kcal	ご飯 肉じゃが パプリカの金平風 ｷﾝゲﾝ菜の信田和え 味噌汁 537 kcal	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 648 kcal	ご飯 タラの西京焼き 大根の煮物 白菜の胡麻和え かき玉汁 431 kcal	散らし寿司 がんもの煮物 ｲﾝゲﾝのわさび和え 赤だし 甘酢生姜 494 kcal	中華丼 シューマイ 青菜の菜種和え 中華スープ 583 kcal
もものタルト 109 kcal	人形焼き 104 kcal	イチゴムース 65 kcal	豆乳饅頭 96 kcal	マドレーヌ (ｺｰﾋｰ) 117 kcal	水ようかん 65 kcal	えびぽんせんべい 19 kcal

メニュー表

8月13日 (日)	8月14日 (月)	8月15日 (火)	8月16日 (水)	8月17日 (木)	8月18日 (金)	8月19日 (土)
ご飯 鮭の幽庵焼き ほうれん草の和え物 切干大根の煮物 吸物 471 kcal	ご飯 挽肉包み揚げ 白菜の胡麻酢和え 味噌汁 フルーツ 605 kcal	ゆかりご飯 ぶっかけそうめん ふわふわ玉子とじ 冬瓜の味噌かけ 439 kcal	ご飯 鶏の治部煮 大根の磯和え チンゲン菜の煮浸し おぼろ汁 572 kcal	絹川なすカレー ミニハンバーグ 野菜サラダ 漬物  584 kcal	ご飯 焼きアジの南蛮漬け 青菜のお浸し 煮奴 味噌汁 516 kcal	ご飯 豚肉の味噌炒め 春雨サラダ ひじきの炒め煮 吸物 647 kcal
きんつば 124 kcal	メロン蒸しケーキ 82 kcal	黒糖饅頭 104 kcal	プリン 81 kcal	どら焼き (抹茶) 118 kcal	スイートポテト 67 kcal	オレンジゼリー 51 kcal
8月20日 (日)	8月21日 (月)	8月22日 (火)	8月23日 (水)	8月24日 (木)	8月25日 (金)	8月26日 (土)
ご飯 肉豆腐 千草焼き 白菜のゆかり和え 味噌汁 541 kcal	ご飯 サバの照り焼き 三度豆のピーナツ和え 大根金平 味噌汁 611 kcal	ハントんライス (石川県) サラダ スープ フルーツ 618 kcal	ご飯 ミートボールの和風あん 馬鈴薯の味噌煮 青菜の信田和え 吸物 547 kcal	散らし寿司 キャベツの和え物 高野の煮物 吸物 甘酢生姜 459 kcal	ご飯 鶏の唐揚げ ピーマンの炒め物 味噌汁 フルーツ 683 kcal	ご飯 カレイの生姜煮 南瓜の煮物 チンゲン菜の辛子和え 味噌汁 467 kcal
ととやき 60 kcal	ところてん黒蜜がけ 93 kcal	カスタードワッフル 89 kcal	バナナケーキ 130 kcal	マンゴープリン 44 kcal	薄皮饅頭 86 kcal	ロールケーキ 110 kcal
8月27日 (日)	8月28日 (月)	8月29日 (火)	8月30日 (水)	8月31日 (木)		
三色丼 ブロッコリーの和え物 揚げさつま芋煮 味噌汁 599 kcal	ご飯 鶏の味噌煮 里芋の煮物 春雨の酢の物 吸物 583 kcal	ご飯 ホキのタルタル焼き 大根の煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 489 kcal	わかめご飯 冷やし中華 春巻き カワラの胡麻和え  538 kcal	ご飯 豆腐の玉子あんかけ 馬鈴薯の煮物 青菜の和え物 味噌汁 525 kcal		
ババロアシュー 132 kcal	コンフェ 82 kcal	焼きプリンタルト 122 kcal	水ようかん (芋) 65 kcal	きなこパンケーキ 55 kcal		