

献立表 夕食						2019年8月	
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
		配食のお問い合わせ先：フリーダイヤル 0120-39-8981 受付時間：10:00～17:00 (日曜・祝日は除きます)				仕入れ・制限食の関係で おかずの内容が変更になる場合が ありますのでご了承ください。	
				エネルギーはご飯180gとおかずの数値です。			
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
白飯 アジフライ 鶏肉の照焼 青梗菜炒め 南瓜いとこ煮 玉葱サラダ 大根みぞ漬け 809kcal	ごま塩ご飯 豚肉の焼き肉風 ますの粕漬け いんげんソテー わかめと白ネギ煮 白菜の和え物 ミニピック餅 705kcal	白飯 赤魚の竜田香味ソース 豚ジンギスカン マカロニソテー 里芋の揚げ出し ブロッコリーツナサラダ 三色豆 657kcal	白飯 名古屋風手羽先 さばの塩焼き ふきの煮物 大根煮 菜の花あさり和え みかんのシロップ漬け 703kcal	白飯 鰯・南瓜フライ 豚肉ステーキ 茄子の煮浸し おかぜんまい 白菜のお浸し 白じやこ 716kcal	白飯 おろしソースチキン 水餃子 大根といんげんの煮物 薩摩芋いとこ煮 マカロニサラダ パイン缶 690kcal	白飯 たらサンギ 蒸し鶏のごまダレ ひじき入電豆腐 角揚げ煮 ほうれん草コーンサラダ ミニよもぎ餅 720kcal	
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	
白飯 ポークチャップ かれいの竜田焼 ごぼうの味噌炒め つぶし薩摩芋 小松菜ツナ和え 黒豆 721kcal	白飯 ぶり大根 豚ヒレカツ 菜の花スパゲティ 揚げ茄子おろし和え キャベツサラダ フルーツ寒天 664kcal	白飯 醤油ごま風味ハンバーグ ますの西京焼き じゃが芋カレー炒め がんも煮 玉子サラダ ミニミニтай焼き 713kcal	白飯 さんま塩焼 鶏肉の南部焼 なすのだし煮 里芋の煮物 玉葱と水菜のサラダ 大根桜漬け 762Kcal	白飯 鶏肉のラタトゥ-ユソース にしんの塩焼 薩摩芋炒め わかめの煮浸し 白菜のお浸し 水まんじゅう 706Kcal	白飯 たらのカレームニエル 豚肉の塩麹焼 スパゲティソテー えのき昆布 キャベツツナサラダ パイン砂糖漬け 764Kcal	白飯 天麸羅【えび・南瓜・蓮根】 肉シユーマイ 水菜と肉豆腐卵とじ がんもと人参煮 海藻ブロッコリーサラダ しば漬け 713Kcal	
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	
白飯 かれいの照焼き ミートボールトマト煮 ピーマン金平 野菜の中華炒め 白菜と春菊の和え物 赤かっぱ漬け 725Kcal	白飯 油淋鶏（ヨーリンチー） たらのろしソース 大根と豆がんもの煮物 茄子田楽 マカロニサラダ 磯わかめ 753Kcal	白飯 あじの南蛮漬け 焼き餃子 にらの卵とじ 里芋煮 カリフラワーじゃこサラダ マンゴーの砂糖漬け 639Kcal	白飯 豚肉のかば焼 さばの漬け焼き 大豆味噌炒め 肉だんご 青梗菜の中華和え つぼ漬け 723Kcal	白飯 ますの味噌煮 鶏肉の塩唐揚げ ふきの煮付け 和風スパゲティ いんげんのサラダ 華大根 791Kcal	白飯 ハンバーグ 五目巾着煮 キャベツ炒め 里芋ひじき煮 白菜の柚子風味和え 黄桃砂糖漬け 658Kcal	白飯 さばの唐揚げ風 豚肉の西京焼 青梗菜炒め煮 わかめの煮物 玉葱サラダ ミニごま団子 704Kcal	
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
白飯 手羽大根 ますの塩麹焼 白菜の煮物 揚げ茄子のおろし和え 南瓜サラダ 大根桜漬け 661Kcal	白飯 あじのパン粉焼 おろしハンバーグ キャベツポン酢炒め 金平ごぼう 小松菜の和え物 三色豆 710Kcal	白飯 鶏肉のアーモンド焼 たらの粕漬け なすの煮びたし 赤じやこ 大根サラダ パイント砂糖漬け 723Kcal	白飯 赤魚の煮付け チキンのミートソースかけ 卯の花 粉心き芋カレー風味 カニカマサラダ ミニよもぎ餅 703Kcal	白飯 鶏のから揚甘酢あん さばの塩焼 ビーフ炒め ベビーホタテ照焼 もやしのお浸し 青かっぱ漬け 710Kcal	白飯 たらの西京焼き 豚肉の照焼 ごぼう時雨煮 茄子の田楽 小松菜の和えもの しば漬け 709Kcal	白飯 パンパンジー風 かれいのカレー風味 里芋の煮物 椎茸煮 ブロッコリーサラダ 赤かっぱ漬け 742Kcal	
お米は北海道産ななつぼしを使用しております。							

株式会社フレアサービス