

8月 献立表



現場：通所リハビリテーションひかり
 献立種類：常食（個別献立）
 期間：2021/8/1～2021/8/31

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|---|--|---|--|---|
| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 昼食 | ごはん たらの天ぷら 冬瓜の煮物 いんげんのごま和え 味噌汁 | 中華丼 カニシューマイ 中華風サラダ わかめスープ すいか | 炊き込みごはん 鮭の塩焼き きんぴられんこん 春雨の酢の物 味噌汁 | ごはん 鶏肉のわさび醤油焼き 小松菜のもろみ味噌炒め さつま芋サラダ 清汁 | ごはん 豚肉の生姜焼き 里芋のごま風味煮 トマトとオクラの青じそ風味 味噌汁 |
| | エネルギー - 589kcal | エネルギー - 587kcal | エネルギー - 577kcal | エネルギー - 575kcal | エネルギー - 575kcal |
| | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 昼食 | *振替休日* | ごはん 白身魚フライ ほうれん草のソテー グリーンサラダ コンソメスープ | まぜ寿司 厚揚げ煮物 ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 フルーツ白玉 | ごはん 鮭の利休焼き 揚げなすのそぼろあんかけ おくらの梅肉和え 味噌汁 | *お盆休み* |
| | | エネルギー - 576kcal | エネルギー - 595kcal | エネルギー - 570kcal | |
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 昼食 | *お盆休み* | ごはん 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の卵とじ 小松菜のピリ辛和え 味噌汁 | ごはん たらの二色揚げ きんぴらごぼう 山菜おろし 味噌汁 | ごはん ポークチャップ風 チンゲン菜と炒り卵の和え物 じゃこのサラダ コンソメスープ | 冷麺 えび餃子 ブロッコリーサラダ バナナ |
| | | エネルギー - 561kcal | エネルギー - 577kcal | エネルギー - 570kcal | エネルギー - 452kcal |
| | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 昼食 | ごはん 豚肉のくわ焼 もやしの炒め物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 | ごはん 鱈の南蛮漬け 五目豆 ほうれん草の磯和え 豚汁 | ごはん ふっくら千草焼 南瓜含め煮 エンドウの胡麻マヨ和え 味噌汁 | ちらし寿司 茶碗蒸し ほうれん草のお浸し 赤だし 水ようかん | ごはん ハンバーグステーキ じゃがいものソテー 小松菜の和え物 コンソメスープ |
| | エネルギー - 576kcal | エネルギー - 566kcal | エネルギー - 601kcal | エネルギー - 583kcal | エネルギー - 515kcal |
| | 30 | 31 | | | |
| 昼食 | ポークカレー グリーンサラダ コンソメスープ 福神漬 フルーツ寒天 | ごはん 鱈の甘味噌焼き エビの玉子のソテー カリフラワーの甘酢和え 清汁 | | | |
| | エネルギー - 616kcal | エネルギー - 571kcal | | | |

*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。