

よ てい こん だて ひょう  
**予定献立表**

あすなろ(多機能・生活介護)  
 たきのう せいかつかいご

**8月**

8月31日(日)		8月					8月1日(金)	8月2日(土)
昼食	ごはん 和風オムレツ さつまいものレモン煮 豆サラダ コンソメスープ プリン						赤飯 他人とじ 揚げ茄子のそぼろ煮 からし菜のごま和え みそ汁 乳酸菌飲料	ごはん クリームシチュー スパゲティ炒め 小松菜のおろし和え フルーツ盛り合わせ
	726Kcal						668Kcal	559Kcal
8月3日(日)		8月4日(月)	8月5日(火)	8月6日(水)	8月7日(木)	8月8日(金)	8月9日(土)	
昼食	ごはん ポークピカタ 豆と玉ねぎのサラダ みそ汁 フルーツ盛り合わせ	夏野菜散らし 揚げ出し豆腐のあんかけ 赤だし フルーツ盛り合わせ	冷やしゴマダレうどん 南瓜の煮物 わけぎのみそ和え フルーツ盛り合わせ	ごはん 和風ハンバーグ とうがん にびた 冬瓜の煮浸し 白菜と海藻の酢のもの みそ汁 フルーチェ	行事食 <b>立秋</b> 炊き込みごはん 天ぷら盛り合わせ 出し巻き玉子 ほうれん草の柚子和え みそ汁 ゼリー	ポークカレー ミモザサラダ 福神漬け りんごヨーグルト フルーツ ※多機能はサラダハイキング	ごはん かに玉 野菜炒め ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ 乳酸菌飲料	
	690Kcal	532Kcal	486Kcal	570Kcal	649Kcal	643Kcal	638Kcal	
8月10日(日)		8月11日(月)	8月12日(火)	8月13日(水)	8月14日(木)	8月15日(金)	8月16日(土)	
昼食	ごはん 鮎の照り焼き じゃがいもの胡麻風味煮 白菜のおかか和え みそ汁 プリン	肉うどん キャベツの柚子風味炒め チンゲン菜の土佐和え ゼリー フルーツ	行事食～山の日～ 山菜散らし寿司 とうもろこしのお焼き ほうれん草のとろろ和え 赤だし ゼリー	きつねうどん ミートコロッケ 胡瓜の酢のもの フルーツ盛り合わせ	ごはん 豚すき煮風 ちぢみ みそ汁 フルーツ盛り合わせ	冷やしとろろうどん 茄子と豚の炒め物 小松菜のごま和え フルーツ盛り合わせ	ごはん ほっけの塩焼き 大根のそぼろ煮 ためき冷奴 すまし汁 ヨーグルト	
	656Kcal	520Kcal	559Kcal	505Kcal	617Kcal	554Kcal	543Kcal	
8月17日(日)		8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)	8月23日(土)	
昼食	ごはん 回鍋肉 枝豆と冬瓜の中華煮 チンゲン菜のナムル 中華スープ 乳酸菌飲料	キーマカレー コールスローサラダ 福神漬け いちごヨーグルト フルーツ	冷やし豚おろしうどん 南瓜の煮物 菊菜の生姜和え フルーツ盛り合わせ	ごはん 肉じゃが 白菜のポン酢和え みそ汁 ゼリー フルーツ	焼きそば 茄子の煮浸し 冷奴 みそ汁 フルーツ盛り合わせ	行事食～夏バテ解消～ ペッパーライス風 ゴーヤチャンプルー レタスの玉子スープ フルーツ盛り合わせ	ごはん 豚の塩麴炒め ひじき煮 ほうれん草の和え物 みそ汁 プリン	
	621Kcal	672Kcal	543Kcal	613Kcal	663Kcal	649Kcal	706Kcal	
8月24日(日)		8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	8月29日(金)	8月30日(土)	
昼食	ごはん 千草玉子 ツナと春雨の甘辛炒め 白菜の塩昆布和え すまし汁 ヨーグルト	ご当地食～徳島県～ 徳島ラーメン風 祖谷のでこまわし風 ならえ フルーツ盛り合わせ	ごはん 鶏の唐揚げあんかけ 揚げ茄子の土佐煮 うまい菜のさっぱり和え すまし汁 乳酸菌飲料	たまご 玉子とじうどん れんこんの柚子風味炒め 菜の花のお浸し ゼリー フルーツ	ごはん チーズハンバーグ ミニナポリタン 南瓜サラダ コンソメスープ	坦々うどん 出し巻き玉子 キャベツの辛子和え フルーツ盛り合わせ	ごはん チンジャオロース風 枝豆とカニの中華煮 大根サラダ 中華スープ ゼリー	
	634Kcal	624Kcal	688Kcal	527Kcal	785Kcal	582Kcal	656Kcal	

\* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください