

2022

8月の献立

松葉園デイサービス

日付	曜日	昼食	熱量kcal	3時おやつ	熱量kcal
1日	月	x	579	ミルクまんじゅう 緑茶	134
2日	火	御飯・さばの塩焼き・なすの揚げ浸し・胡瓜とカマホコの甘酢和え・味噌汁・漬物	592	ファンシーケーキ 紅茶	138
3日	水	御飯・豚肉の香味焼き・かにシューマイ・キャベツとなめこのお浸し・味噌汁・漬物	571	フルーツヨーグルト	101
4日	木	ぶっかけうどん・絹揚げの鶏そぼろ煮・ほうれん草のハンパントレサラダ	460	ココアシフォンカップケーキ 紅茶	78
5日	金	サラダ寿司・じゃが芋と鶏肉の煮物・味噌汁・フルーツ	479	あんシュー ほうじ茶	100
6日	土	御飯・白身魚のソテー・高野豆腐と豚肉の煮物・しろなの真砂和え・味噌汁・漬物	498	ぶどうゼリー	38
8日	月	御飯・豚肉の野菜炒め・いかふくさ焼き・とう六豆煮・ブロッコリーの和え物・味噌汁・漬物	584	きなこソフトマフィン ほうじ茶	98
9日	火	御飯・ホキのグリル・レンコンと油揚げの煮物・大根と竹輪のどり辛和え・味噌汁・漬物	467	ミニたい焼き・緑茶	96
10日	水	ビーフカレー・ブロッコリーのマヨサラダ・コーンスープ・フルーツ	591	メロンゼリー	78
11日	木	御飯・さばの味噌煮・大根と豚肉のとろみ炒め・ひやじる（山形県郷土料理）・すまし汁・漬物	583	せんべい・緑茶	36
12日	金	鶏そぼろと卵の二色丼・もやしと豚肉の炒め物・アスパラと平天のサラダ・味噌汁	566	水ようかん ほうじ茶	47
13日	土	御飯・カツとじ・ごぼうとふきの煮物・もずく酢・味噌汁・漬物	613	オレンジシフォンカップケーキ・紅茶	74
15日	月	冷やし中華・青梗菜と絹揚げの炒め煮・黄桃缶のピーチジュレ	478	ショコラブッセ 紅茶	85
16日	火	散らし寿司・里芋と豚肉の味噌煮・キャベツとピーマンの和え物・すまし汁	503	ミルクまんじゅう 緑茶	128
17日	水	御飯・豚肉のごま醤油炒め・南瓜のミルク煮・おくらのおろし和え・中華スープ・漬物	521	ココアワッフル ほうじ茶	81
18日	木	御飯・干草焼き・もやしと鶏肉の炒め物・煮豆・味噌汁・ちりめん山椒	480	ベリーハウンドケーキ 紅茶	150
19日	金	枝豆御飯・メバルの焼き浸し・ごぼうと豚肉の煮物・味噌汁・フルーツ・漬物	495	フルーツムース	58
20日	土	御飯・鶏肉のさっぱり煮・キャベツのじゃこ炒め・大根と大根葉の和え物・味噌汁・漬物	519	マロンクリームワッフル ほうじ茶	74
22日	月	御飯・チンジャオロース・かにシューマイ・中華スープ・ぶどうゼリー・漬物	523	マドレーヌ・紅茶	145
23日	火	ミートソーススパゲティ・キャベツとツナの炒め物・切干大根と豆のサラダ・ミルクスープ	551	黒ごま水ようかん 緑茶	72
24日	水	御飯・白身魚の唐揚げ・枝豆とベーコンのバターソテー・大根の和風サラダ・味噌汁・漬物	570	コーヒーゼリー	69
25日	木	シーフードカレー・もやしとハムのサラダ・コーンスープ・白桃缶のピーチジュレ	455	バウムクーヘン 紅茶	108
26日	金	御飯・酢鶏・やっこ・中華スープ・フルーツ・胡瓜の浅漬け	604	黒糖まんじゅう 緑茶	127
27日	土	かてめし（埼玉県郷土料理）・ほっけの塩麹焼き・白菜と豚肉のとろみ炒め・しろなのお浸し・漬物	470	きなこシフォンカップケーキ・ほうじ茶	75
29日	月	ご飯・肉団子の野菜あんかけ・切干大根と鶏肉の煮物・ブロッコリーの和え物・味噌汁・漬物	546	りんごゼリー	79
30日	火	御飯・鶏肉の豆鼓蒸し・玉子とうふ・胡瓜の酢の物・味噌汁・漬物	478	あんシュー・緑茶	92
31日	水	御飯・白身魚のグリル・絹揚げとふきの煮物・味噌汁・フルーツ・漬物	539	クリームコンフェ 紅茶	80

材料の都合により変更する場合があります