

しまた川苑通所献立表（令和7年6月後半）

16 (月)	さばのうめ煮	煮付（ごぼう・いんげん） 冬瓜の煮浸し 青りんごゼリー かき卵汁	587 kcal
17 (火)	マヨポン酢 チキン	バークドポテト キャベツの煮浸し きららヨーグルト 味噌汁	596 kcal
18 (水)	さわらの 山椒風味焼き	甘辛煮（さつま芋） 煮浸し（白菜） 水ようかん 味噌汁	651 kcal
19 (木)	トンカツの おろし あんかけ	茹で野菜(キャベツ) じゃが芋の煮付 プリン 味噌汁	614 kcal
20 (金)	赤魚の もろみ焼き	かぼちゃの煮つけ 大根の煮つけ フルーツミックス 味噌汁	601 kcal

23 (月)	焼肉風炒め物	里芋の味噌煮 プリン 味噌汁	523 kcal
24 (火)	誕生食 天ぷら	出し巻き 炊き合わせ(かぼちゃ・ 高野豆腐・人参) 抹茶小豆ミルク羹 すまし汁	633 kcal
25 (水)	チキン チャップ	茹で野菜(キャベツ) 煮付(じゃがいも) ぶどうゼリー かき卵汁	527 kcal
26 (木)	赤魚の幽庵焼	甘辛煮（さつま芋） そばろ煮(大根) チョコレートババロア 味噌汁	602 kcal
27 (金)	ポークピカタ	スープ煮(じゃが芋) 煮浸し(白菜) フルーチェ(メロン) 味噌汁	521 kcal

30 (月)	魚田 (サワラ)	かぼちゃの煮つけ けんちょう(大根) 牛乳いちごババロア 味噌汁	649 kcal
-----------	-------------	---	-------------



※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。

※毎食御飯が付きます。カロリーには御飯（1食150g）が含まれています。