



しまた川苑通所献立表（令和7年7月後半）



16 (水)	鮭の塩焼き	大根おろし 煮しめ 水ようかん 味噌汁	553 kcal
17 (木)	鶏ササミの マスタード 焼き	スープ煮(じゃが芋) 冬瓜のくす煮 いちごヨーグルト かき卵汁	531 kcal
18 (金)	サバの 梅肉ソース 焼き	煮付け(里芋) 煮浸し(白菜) フルーチェ(ぶどう) 味噌汁	579 kcal

21 (月)	散らし寿司	炊き合わせ(高野豆腐) 牛乳いちごババロア すまし汁	612 kcal
22 (火)	赤魚の幽庵焼	かぼちゃの煮つけ 白菜のそぼろ煮 ぶどうゼリー 味噌汁	543 kcal
23 (水)	マヨポン チキン	ビーフンソテー じゃが芋の煮付 フルーツヨーグルト 味噌汁	686 kcal
24 (木)	誕生食 冷しゃぶ風	揚げなすの田楽 煮付け 甘夏羹とミルク羹 金銀汁	553 kcal
25 (金)	とりすき	金時豆の甘煮 きららヨーグルト 味噌汁	573 kcal

28 (月)	魚田 (さわら)	かぼちゃの煮つけ 煮浸し(白菜) きららヨーグルト 味噌汁	617 kcal
29 (火)	ササミのり塩 チキン	スープ煮(じゃが芋) なすの煮浸し プリン 味噌汁	507 kcal
30 (水)	タラの 野菜甘酢 あんかけ	里芋の煮物 水ようかん かき卵汁	633 kcal
31 (木)	柳川風煮	うずら豆の甘煮 青りんごゼリー 味噌汁	638 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。