

しまた川苑通所献立表（令和7年8月前半）



1 (金)	鮭の塩焼き	大根おろし 煮しめ フルーチェ(ぶどう) 味噌汁	483 kcal
----------	-------	-----------------------------------	-------------

4 (月)	豚しゃぶ ごまポン酢かけ	里芋の煮物 プリン 味噌汁	527 kcal
5 (火)	赤魚の もろみ焼き	レモン煮(さつま芋) けんちょう(大根) きららヨーグルト かき卵汁	566 kcal
6 (水)	すきやき風煮	金時豆の甘煮 オレンジゼリー 味噌汁	572 kcal
7 (木)	鮭の照焼き	ビーフンソテー じゃが芋の煮物 フルーツヨーグルト 味噌汁	605 kcal
8 (金)	チキンカツ	茹で野菜(キャベツ) なすの煮浸し 水ようかん 味噌汁	663 kcal

11 (月)	散らし寿司	揚げ出し豆腐 きららヨーグルト すまし汁	625 kcal
12 (火)	野菜の オイスター ソース炒め	うすら豆の甘煮 プリン 味噌汁	574 kcal
13 (水)	サバの 山椒風味焼き	ビーフンソテー 大根のそぼろ煮 フルーチェ(ぶどう) 味噌汁	594 kcal
14 (木)	おはぎ	筑前煮 酢物(きゅうり) いちごヨーグルト 金銀汁	682 kcal
15 (金)	鮭の おろし煮	煮付(かぼちゃ) オレンジゼリー 味噌汁	633 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。

