

★ 🐙 🦀 🐙 🍱 🍱 🍱 しまた川苑通所献立表【常食】（令和8年 8月前半） ★ 🐙 🦀 🐙 🍱 🍱 🍱

3 (月)	あじの 梅肉焼き	オクラの生姜炒め 春雨酢物 冬瓜の煮付 ご飯	10 (月)	いわし味噌煮	炊き合わせ オクラ和え じゃがいものコンソメ煮 ご飯
4 (火)	鶏肉の 塩唐揚げ	ゆでブロッコリー（マヨ） 大根なます キャベツの煮付 ご飯	11 (火)	山の日 松風焼き	めんたいスパソテー ほうれん草の白和え 大根の煮物 ご飯
5 (水)	鮭の南蛮漬け	れんこんの金平風 ピリ辛たたききゅうり 里芋のそぼろ煮 ご飯	12 (水)	ししゃも フライ	ゆでキャベツ もやしの和え物 冬瓜の煮付 ご飯
6 (木)	ナポリタン	菜飯ご飯 パイン	13 (木)	おはぎ 	白菜の煮付け かき玉汁 桜大根
7 (金)	肉団子の 甘酢がらめ	もやしのソテー 山菜和え なすの煮物 ご飯	14 (金)	豚ロースの 山椒焼き	れんこんの炒め煮 きゅうりの酢物 里芋の煮物 ご飯



※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。
※カロリーは、平均 500～600kcalです。