



デイサービスだんし 8月献立表



	月	火	水	木	金	土
						1日
昼						赤飯 すまし汁 魚のさらさ蒸し 茄子の煮物 青菜の酢味噌和え ゼリー
エネルギー						593kcal
間食(昼)						たい焼き
エネルギー						80kcal
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼	牛丼 味噌汁 れんこんのピリ辛炒め 胡瓜の酢の物 フルーツ	ぶっかけうどん 混ぜご飯 野菜天ぷら モロヘイヤのなめ茸和え ゼリー	ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ 小松菜の煮浸し 春雨の酢の物 フルーツ	ご飯 中華スープ マーボー豆腐 かに玉 三色野菜のピーナッツ和え フルーツ	散らし寿司 すまし汁 かぼちゃのそぼろあん いんげんのおかか和え ゼリー	わかめご飯 味噌汁 いか大根 干草焼き わかめのポン酢和え フルーツ
エネルギー	606kcal	604kcal	598kcal	574kcal	547kcal	461kcal
間食(昼)	ドームケーキ	クッキー	抹茶ゼリー	わらび餅	ベリーケーキ	エクレア
エネルギー	105kcal	92kcal	89kcal	85kcal	122kcal	105kcal
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼	ハヤシライス 大豆ナゲット ミモザサラダ ゼリー	ご飯 味噌汁 肉じゃが 揚げ出し豆腐 胡瓜の酢の物 フルーツ	ご飯 味噌汁 魚の煮付け ベーコンの野菜炒め さつまいもサラダ ゼリー	ご飯 味噌汁 お好み焼き風 大根の煮物 ところてん フルーツ	冷やし中華 混ぜご飯 水餃子 中華サラダ フルーツ	豚と野菜のあんかけ丼 味噌汁 がんもの煮物 春雨の酢の物 フルーツ
エネルギー	747kcal	601kcal	662kcal	630kcal	551kcal	544kcal
間食(昼)	アイスクリーム	冷やしぜんざい	ココアバナナケーキ	シュークリーム	どら焼き	黒みつ寒天
エネルギー	96kcal	102kcal	155kcal	46kcal	102kcal	100kcal
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼	ご飯 味噌汁 ハニーマスタードチキン ほうれん草の煮浸し 海藻の和え物 フルーツ	どうもろこしご飯 味噌汁 魚のみぞれあんかけ 炒めなます ブロッコリーのツナ和え ゼリー	鮭の散らし寿司 すまし汁 筑前煮 わかめの和え物 フルーツ	おにぎり 鶏肉のから揚げ お好み焼き風 Qちゃん漬け フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 鶏団子と焼き豆腐の煮物 刻み昆布の炒め煮 大根なます フルーツ	ご飯 味噌汁 新生姜入りメンチカツ 里芋の煮物 もやしの甘酢和え ゼリー
エネルギー	527kcal	661kcal	474kcal	536kcal	500kcal	609kcal
間食(昼)	小麦まんじゅう	チーズケーキ	ウエハース		蒸しパン	わらび餅
エネルギー	74kcal	36kcal	64kcal		125kcal	85kcal
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼	麦とろご飯 味噌汁 魚の塩麹焼き たたき胡瓜 フルーツ	えびピラフ コンソメスープ サイコロステーキ コールスローサラダ フルーツ	ご飯 すまし汁 鰯つみれと野菜の煮込み 豆腐田楽 大根のはちみつレモン和え ゼリー	カレーライス ズッキーニソテー ごぼうサラダ 漬物 フルーツ	切り干し大根ご飯(宮崎) 冬瓜の味噌汁(沖縄) チキン南蛮(宮崎) もずくの和え物(沖縄) マンゴーゼリー(宮崎・沖縄)	冷やし梅うどん 混ぜご飯 コーンのふわふわ揚げ モロヘイヤのお浸し フルーツ
エネルギー	560kcal	740kcal	590kcal	731kcal	589kcal	535kcal
間食(昼)	カステラ	コーヒーゼリー	抹茶ようかん	フルーツヨーグルト	シュークリーム	アイスクリーム
エネルギー	135kcal	80kcal	74kcal	51kcal	46kcal	96kcal
	31日					
昼	五目混ぜ寿司 赤だし ミニ白身フライ 枝豆サラダ ゼリー					
エネルギー	552kcal					
間食(昼)	ウエハース					
エネルギー	64kcal					

* 仕入れの事情により、献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。

栄養士 保田 美咲