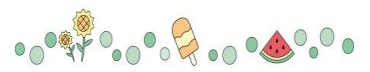




2024年8月お弁当献立表



月	火	水	木	金	土
8月シフォンケーキ販売日 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 8/7日(水)・・・バナナバナナ 22日(木)・・・バナナバナナ 9/2日(月)・・・プレーンシフォン </div> <p>※内容は変更になる場合がございます。夕食弁当と一緒に配達させていただきます。 ご希望の方は3日前までにお知らせください。</p>			1 ごはん 鶏の西京焼き 福袋煮 ほうれん草のごま和え コールスローサラダ 煮豆 <small>1食分 583kcal 蛋白質 24.8g 食塩 2.9g</small>	2 ごはん 魚の味噌煮 ピーナッツ和え 胡瓜の酢の物 卵焼き 大根の煮物 <small>1食分 543kcal 蛋白質 20.2g 食塩 2.4g</small>	3 ごはん 魚の西京焼き さつま芋の甘煮 ごまドレサラダ 福袋煮 白菜の和え物 <small>1食分 578kcal 蛋白質 22.8g 食塩 3.2g</small>
5	6	7	8	9	10
散らし寿司 卵焼き けんちん煮 煮豆 <small>1食分 542kcal 蛋白質 21.5g 食塩 2.2g</small>	ごはん ヒレカツ ナポリタン きんぴらごぼう 枝豆と海老の卵焼き 胡瓜とわかめの酢の物 <small>1食分 536kcal 蛋白質 23.5g 食塩 1.4g</small>	ごはん 魚の酒かす焼き 牛肉の甘辛煮 切干大根の煮物 梅のり和え 南瓜の煮物 <small>1食分 514kcal 蛋白質 20.5g 食塩 1.6g</small>	ごはん 魚のフライ 胡瓜のごま酢和え なすの含め煮 卵焼き 五目ひじき煮 <small>1食分 602kcal 蛋白質 20.9g 食塩 2.2g</small>	ごはん 牛焼き肉 ピーナッツ和え 炊合せ(芋・厚揚げ) ゆで卵 えびサラダ <small>1食分 552kcal 蛋白質 25.2g 食塩 2.6g</small>	ごはん 鶏肉の塩胡椒焼き 梅のり和え 田舎煮 えびマヨ しょうがの佃煮 <small>1食分 551kcal 蛋白質 24.4g 食塩 2g</small>
12	13	14	15	16	17
ごはん 天ぷら(エビ・芋) みつばの卵焼き ねぎの酢味噌和え 高野の炊合せ <small>1食分 548kcal 蛋白質 21.4g 食塩 1.6g</small>	ごはん 筑前煮 鮭の塩焼き ポテトサラダ 辛し和え にんじんしりしり <small>1食分 552kcal 蛋白質 29.7g 食塩 2.4g</small>	お盆休み 		ごはん 魚の山椒みそ焼き 牛肉と野菜の炒め物 牛蒡の胡麻酢和え 南瓜の煮物 卵焼き <small>1食分 493kcal 蛋白質 23.7g 食塩 2g</small>	ごはん 魚の竜田揚げ 青菜と鶏の海苔和え ごぼうサラダ 根菜の炒め煮 さつま芋甘煮 <small>1食分 580kcal 蛋白質 24.4g 食塩 2.3g</small>
19	20	21	22	23	24
ごはん 信田巻き 鯖の塩焼き かぼちゃサラダ セロリの佃煮 中華風酢の物 <small>1食分 562kcal 蛋白質 24g 食塩 1.8g</small>	しぐれ寿司 大根サラダ 魚のからあげ 炊合せ(南瓜・人参) 卵焼き <small>1食分 589kcal 蛋白質 20.6g 食塩 2.8g</small>	ごはん 豚肉の香味炒め クラゲと胡瓜の和え物 えびマヨ 大根の煮物 高野豆腐の含め煮 <small>1食分 549kcal 蛋白質 21.7g 食塩 1.3g</small>	そぼろ弁当 胡瓜の和え物 牛蒡と椎茸の煮物 チンゲン菜のナムル <small>1食分 552kcal 蛋白質 23.3g 食塩 1.5g</small>	ごはん 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 魚の塩焼き 南瓜の煮物 白菜のお浸し <small>1食分 553kcal 蛋白質 27.2g 食塩 2.3g</small>	ごはん 豚の生姜焼き ポテトサラダ 五目ひじき煮 焼きなす 煮卵 <small>1食分 604kcal 蛋白質 20.1g 食塩 2.4g</small>
26	27	28	29	30	31
ごはん 魚と野菜のフリッター 五目煮豆 ピーナッツ和え 春雨の中華和え ゆで卵 <small>1食分 542kcal 蛋白質 18.3g 食塩 1g</small>	ごはん 魚の塩麴焼き 青菜のわさび和え かぼちゃサラダ 大根の旨煮 卵焼き <small>1食分 541kcal 蛋白質 24.6g 食塩 2.2g</small>	ごはん すき焼風煮 胡瓜の酢の物 卵焼き <small>1食分 582kcal 蛋白質 19.8g 食塩 2.5g</small>	ごはん ハンバーグ じゃが芋の七味煮 えびと野菜の炒め物 揚げ出し茄子 卵焼き <small>1食分 582kcal 蛋白質 23.5g 食塩 1.7g</small>	ごはん 魚の塩焼き 野菜のフライ 胡瓜の酢の物 肉味噌 人参ラペ <small>1食分 562kcal 蛋白質 22.1g 食塩 2g</small>	散らし寿司 えびと野菜の天ぷら 芋とさつま揚げの煮物 焼きなす <small>1食分 556kcal 蛋白質 21.8g 食塩 3.7g</small>

※食材の都合により、変更になる場合がございます。ご了承ください。

※特別食(ソフトA・B・糖尿病食・腎臓食・透析食)は別の献立になる場合がございます。

ご希望があれば献立表をお渡しいたしますので、お声掛け下さい。

医療法人社団 井上医院
 デイケアセンターCasa

TEL 079-664-0124