

デイサービスメロディ 令和3年 8月 献立表

		ごはん食	エネルギー	めん食	エネルギー	おやつ	エネルギー
1	日						
2	月	豚肉とゴーヤの味噌炒め さつまいものレモン煮 小松菜の磯和え ご飯 和風スープ 漬物	581	きつねうどん さつまいものレモン煮 小松菜の磯和え ご飯(小) 漬物	529	盛り合わせ	
3	火	たらのバター焼き ぼん酢かけ きのこの和風煮 かぼちゃのサラダ ご飯 コンソメスープ 漬物	519	ミートソーススパゲティ きのこの和風煮 かぼちゃのサラダ ご飯(小) 漬物	584	水ようかん	105
4	水	ミックスフライ(自身フライ・コロッケ) ブロッコリーのかに風味あんかけ キャベツコールスロー ご飯 中華スープ 漬物	574	とろろそば ブロッコリーのかに風味あんかけ キャベツコールスロー ご飯(小) 漬物	473	バームクーヘン	91
5	木	揚げ豆腐のそぼろあん ほうれん草のじゃこ炒め 大根サラダ ご飯 味噌汁 漬物	625	鶏南蛮そば ほうれん草のじゃこ炒め 大根サラダ ご飯(小) 漬物	482	アサイーミックスゼリー	47
6	金	さばの塩焼き きんぴらごぼう いんげんのゆかり和え 炊き込みご飯 すまし汁 フルーツ(もも缶)	542	焼きそば きんぴらごぼう いんげんのゆかり和え 炊き込みご飯(小) フルーツ(もも缶)	612	レモンケーキ	65
7	土	鶏肉のさっぱり煮 さつま揚げの炒め物 オニオンサラダ ご飯 味噌汁 漬物	573	しょうゆラーメン さつま揚げの炒め物 オニオンサラダ ご飯(小) 漬物	498	プレーンロールケーキ	142
8	日						
9	月	てんぷらの盛り合わせ とうがんの生姜あんかけ わかめときゅうりの酢の物 ご飯 味噌汁 漬物	553	山菜おろしそば とうがんの生姜あんかけ わかめときゅうりの酢の物 ご飯(小) 漬物	539	杏仁豆腐	78
10	火	豆腐ハンバーのトマト味噌かけ チンゲン菜の煮びたし 玉ねぎの梅おかか和え ご飯 和風スープ 漬物	527	五目そば チンゲン菜の煮びたし 玉ねぎの梅おかか和え ご飯(小) 漬物	493	オレンジゼリー	57
11	水	豚丼 がんもの煮物 おくらのごま和え 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	605	冷やしぶっかけそうめん がんもの煮物 おくらのごま和え ご飯(小) フルーツ(みかん缶)	572	レモンの水ようかん	115
12	木	赤魚の中華煮 なすの肉味噌がけ スナップえんどうサラダ ご飯 かきたま汁 漬物	551	冷やし中華 なすの肉味噌がけ スナップえんどうのサラダ ご飯(小) 漬物	605	チョコチップバナナの焼き菓子	76
13	金	鶏肉のニンニク炒め さつま揚げの煮物 小松菜の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物	579	カレーうどん さつま揚げの煮物 小松菜の辛子和え ご飯(小) 漬物	541	チーズのマドレーヌ	89
14	土	アジフライ 卵の花 カリフラワーサラダ ご飯 味噌汁 フルーツ(マンゴー缶)	543	月見きしめん 卵の花 カリフラワーサラダ ご飯(小) フルーツ(マンゴー缶)	483	田舎まんじゅう	108
15	日						

デイサービスメロディ 令和3年8月 献立表

		ごはん食	I礼ギ-	めん食	I礼ギ-	おやつ	I礼ギ-
16	月	麻婆豆腐 里芋の煮っころがし ほうれん草のおかか和え ご飯 すまし汁 漬物	545	焼きうどん 里芋の煮っころがし ほうれん草のおかか和え ご飯(小) 漬物	443	ふんわりチーズケーキ	88
17	火	カレーライス ピーマンとえのきのソテー ブロッコリーのサラダ 福神漬け フルーツ(みかん缶)	545	きつねうどん ピーマンとえのきのソテー ブロッコリーのサラダ ご飯(小) フルーツ(みかん缶)	508	黒糖まんじゅう	52
18	水	さわらのレモン醤油照り焼き キャベツの洋風煮 いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物	591	ナポリタンスパゲティ キャベツの洋風煮 いんげんの和え物 ご飯(小) 漬物	662	カスタードワッフル	57
19	木	親子煮 五目豆 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 フルーツ(生オレンジ)	534	とろろそば 五目豆 白菜の塩昆布和え ご飯(小) フルーツ(生オレンジ)	505	緑茶ようかん	104
20	金	豚肉の生姜焼き風 かぼちゃの煮物 大根の甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物	562	たぬきしめん かぼちゃの煮物 大根の甘酢和え ご飯(小) 漬物	473	もみじまんじゅう	107
21	土	たらのごま焼き葱山葵ソース 肉じゃが 小松菜のピーナッツ和え ご飯 冬瓜汁 漬物	501	かき揚げうどん 肉じゃが 小松菜のピーナッツ和え ご飯(小) 漬物	538	人参のマドレーヌ	106
22	日						
23	月	八宝菜 さつまいもの甘煮 わかめのサラダ ご飯 中華スープ 漬物	583	なめこおろしそば さつまいもの甘煮 わかめのサラダ ご飯(小) 漬物	529	しっとりショコラケーキ	108
24	火	さばの塩麹焼き 筑前煮 ほうれん草のお浸し 枝豆ご飯 味噌汁 漬物	540	冷しぶっかけそうめん 筑前煮 ほうれん草のお浸し 枝豆ご飯(小) 漬物	553	レモンのパウンドケーキ	88
25	水	鶏つくね ひじきの煮物 小松菜のしらす和え ご飯 和風スープ 漬物	527	冷やし中華 ひじきの煮物 小松菜のしらす和え ご飯(小) 漬物	485	マンゴープリン	60
26	木	豚肉の山椒焼き 切干大根煮 とろろ ご飯 味噌汁 漬物	554	えび天しめん 切干大根煮 とろろ ご飯(小) 漬物	512	よもぎまんじゅう	57
27	金	あじの蒲焼き 卵の花 カリフラワーのマリネ ご飯 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	579	肉うどん 卵の花 カリフラワーのマリネ ご飯(小) フルーツ(パイン缶)	566	抹茶のロールケーキ	137
28	土	ハンバーグのデミグラスソースかけ なすのさっぱり煮 おぐらの辛子マヨ和え ご飯 すまし汁 フルーツ(マンゴー缶)	559	焼きそば なすのさっぱり煮 おぐらの辛子マヨ和え ご飯(小) フルーツ(マンゴー缶)	614	ストロベリーゼリー	142
29	日						
30	月	赤魚の野菜あんかけ れんこんのソテー チンゲン菜のサラダ ご飯 味噌汁 フルーツ(もも缶)	549	ミートソーススパゲティ れんこんのソテー チンゲン菜のサラダ 汁物 フルーツ(もも缶)	568	リンゴゼリー	53
31	火	酢鶏 かぼちゃの中華煮 人参サラダ ご飯 中華スープ 漬物	614	たぬきそば かぼちゃの中華煮 人参サラダ ご飯(小) 漬物	512	抹茶ようかん	118