

【8月】小町(大)献立表

★★ 配食のふれ愛の ★★ ★★ おかずの特徴をご紹介 ★★

●皆様に飽きがこないよう、おかずの種類を数百種類以上取りそろえています。

●全てのおかずが熟練した調理員の手作りです。

●100%国内工場出荷ですので、安心・安全です。



高齢者向け配食サービス

配食のふれ愛

	昼食	夕食	昼食	夕食
8月1日	カニ玉あんかけ オクラのかか和え さつま芋の煮しめ フルーツみつ豆	鶏団子の豆乳煮 筍きんぴら 野菜のカレー炒め 法蓮草のしそひじき和え	鶏肉のチリソース炒め 青菜のおひたし ふんわり玉子のえびあんかけ 大根とツナのサラダ	いわしハンバーグ じゃが芋のスパイス蒸し ぼたて入り五目煮 しろ菜の和え物
8月2日	冷しゃぶ風 キャベツのピリ辛漬け 野菜のクリーム煮 しろ菜のおひたし	白身魚(ホキ)のもろみ焼 山菜煮 五目巾着炊き合せ 柚子大根	イカカツ 若竹煮 姫高野の炊き合せ 三色炒め煮	チキンステーキ(レモン風味) チンゲン菜ときのこのソテー さつま芋のケチャップ煮 キャベツのゆかり和え
8月3日	サワラの幽庵焼(45) ナスとピーマンの味噌炒め おでん風煮 ミモザサラダ	ハンバーグデミグラスソース かぼちゃソテー 田舎煮 小松菜の胡麻和え	中華オムレツ マカロニサラダ 小松菜と厚揚げのピリ辛炒め ひじきの梅和え	サワラの塩焼き(40) 一夜漬(白菜・昆布) じゃが芋と鶏肉の炭火焼風炒め たたきごぼう
8月4日	豚肉のにんにく味噌焼き 春雨とハムのソテー 煮合せ(里芋・がんも) 春菊のおひたし	エビカツ 枝豆入り白和え 鶏ごぼう さつま芋の甘煮	8月1日 牛肉とエリンギの炒め煮 大根菜とじゃこの炒り煮 野菜の甘酢炒め バジルポテト	白身魚(シルバー)のトマト煮 茄子の味噌炒め 中華炒め 蒸しシューマイ
8月5日	アジの南蛮漬け 小松菜の煮浸し じゃが芋のそばろ煮 なめこおろし和え	焼き鳥風 法蓮草とベーコンのソテー けんちん煮 焼きそば	8月1日 ブリの照焼 チリ豆腐 海鮮つみれの炊き合せ チンゲン菜と干しエビの塩炒め	鶏肉の生姜炒め ごま南瓜 カレービーフン炒め 白菜の柚子香りและ
8月6日	豚肉とえのきのトマトソース炒め 青菜と蒲鉾の和え物 キャベツとウインナーのカレー炒め 三色豆	鮭のちゃんちゃん焼き 大根の甘酢和え 牛肉と根菜の煮物 中華わかめ和え	8月1日 赤魚の煮付け 冬瓜のあんかけ【6~9月限定】 肉野菜煮込み 金時豆	豚のマヨネーズ炒め カニ風味酢の物 味噌田菜(里芋・焼き豆腐) 法蓮草とマグロフレークの和え物
8月7日	太刀魚の照焼(40) 三角いなり 鶏つくねの炊き合せ ほうれん草の錦和え	牛しぐれ煮 マッシュサラダ マーボナス 小松菜ともやしのナムル	8月1日 鶏の唐揚げ ピーマンと竹の子の炒め物 野菜ソテー フルーツポンチ	タラのきのこあんかけ 小松菜の錦和え 豚肉と大根の煮物 ポテトサラダ

	昼食	夕食	昼食	夕食				
8月1日	海鮮チリ炒め	豚丼	8月1日	ミートオムレツ	焼肉メンチ	8月1日	赤魚の磯辺焼き	牛肉と根菜の煮物
5日	白菜とさつま揚げの炒り菜	しろ菜の胡麻和え	2日	しろ菜の和え物	にら饅頭	2日	大豆と竹輪の甘辛煮	ゴマドレサラダ(ドレ別添え)
火	蓮根と里芋のおかか煮		2日	中華うま煮炒め	ナスのおろし煮	9日	豚肉とチンゲン菜の塩ダレ炒め	里芋ときのこのバターコンソメ炒め
火	青菜のしらす和え	南瓜サラダ	日	三杯酢和え	法蓮草のおひたし	日	マカロニサラダ	白菜のクリーム煮
8月1日	韓国風焼肉炒め	白身魚(ホキ)の梅香焼き	8月1日	アジの照焼き	牛肉とインゲンの炒め物	8月1日	味噌つくね	サワラの甘酢あんかけ
6日	コーンとツナのサラダ	マーボー春雨	2月	花人参	大根サラダ	3日	信田巻	法蓮草の辛子和え
水	じゃが芋の鳴門煮	筑前煮	3日	肉詰めしいたけ	さつま芋の彩煮	0日	野菜の山椒風味炒め	昆布と豚肉の煮物
水	青菜の彩り和え	法蓮草のおひたし	日	ひじきと挽肉の炒め物	オクラの梅和え	日	南瓜とハムのサラダ	ごぼうのごまよごし
8月1日	黒メバルの煮付	すき焼き風煮	8月1日	鶏肉のスパイス炒め	太刀魚のバジル焼(45)	8月1日	白身魚フライ	鶏むね肉とじゃが芋のバジルソテー
7日	京合せ	チンゲン菜と揚げの炒り菜	2月	フルーツみつ豆(寒天入り)	大焼売	3日	グリーンアスパラ	小松菜のかか和え
木	和風ポトフ	豚肉のカレーソテー	4日	野菜のクリーム煮	豚肉とタケノコの炒め煮	1日	だし巻き玉子	いわしつみれ炊き合わせ
木	一夜漬け(キャベツ・人参)	りんごシロップ漬け	日	小松菜の磯和え	ごま白和え	日	チンゲン菜のツナ和え	ひじきとこんにゃくの炒め煮
8月1日	ホイコーロ	ホッケの山賊焼	8月1日	海鮮八宝菜	ハンバーグきのこソース			
8日	小松菜の胡麻和え	えのきのおろし和え	2月	ぜんまいと竹輪の煮物	ニラ玉あんかけ			
金	豆乳入りがんと	ナスの挽肉炒め	5日	鶏肉と野菜のトマトソース煮	南瓜のそぼろ煮			
金	ツナのあっさり煮	法蓮草と油揚げの煮物	日	枝豆のおかか和え	チンゲン菜のナムル			
8月1日	サバのトマト煮	グリルチキン	8月1日	牛肉のオイスター炒め	サバの野菜入り甘酢煮			
9日	ごぼうと蓮根の甘酢和え	切干大根煮	2月	春雨とハムのソテー	法蓮草のバターソテー			
土	煮合せ(南瓜・椎茸)	豚じゃが	6日	鮭じゃが	さつま芋とレーズンの煮物			
土	豆腐の柚子あんかけ	ツナとキャベツの炒め物	日	切昆布煮	白花豆煮			
8月2日	あらびき肉団子	白身魚のかに風あんかけ	8月2日	ホッケの幽庵焼き	ミートボールカレー			
0日	麩の玉子とじ	野菜のピーナッツ和え	2月	二色和え	ミモザサラダ(ドレ別添え)			
日	大根炊き	里芋のそぼろ煮	7日	牛肉と大根の甘辛煮	福神漬け			
日	小松菜の柚子和え	サウザンサラダ	日	蓮根きんぴら				
8月2日	鮭のバター醤油風味	チャプチェ	8月2日	豚肉と舞茸の生姜焼き	タラの西京焼			
1日	レンコンのじゃこ煮	小松菜の辛子和え	2月	小松菜の炒り菜	ヘルシーチンジャオ			
日	じゃが芋のコンソメ煮	彩りしんじょの炊き合せ(枝豆)	8日	キャベツとハムの玉子炒め	野菜の五目煮			
月	きのこソテー	昆布の佃煮	日	フキの煮物	土佐酢和え			

