



東電パートナーズ
東電さわやかケアポートとしま・デイサービス
8月献立表



日	月	火	水	木	金	土
				1 カラスガレイの甘酢あんかけ チキンと夏野菜のグリル	2 鮭のマヨネーズ焼き はんぺん肉詰め煮	3 大海老フライ チキンソテー トマトソース
				じゃが芋のカレー風味煮 アスパラと海老の炒め物 大根と帆立のサラダ 味噌汁	里芋の甘味噌かけ キャベツと卵の炒め物 もずくと胡瓜の酢の物 清汁	さつま芋の甘露煮 ごぼうの鶏そぼろ炒め モロヘイヤのお浸し 味噌汁
				ロールケーキ	プリン	抹茶ミルクと小豆の二層寒天
4	5 うな玉 和風卸しハンバーグ 土用二の丑	6 金目鯛のさらさ蒸し 豚肉の味噌漬け焼き	7 鯖の味噌煮 鶏とひじきのつくね焼き	8 鮭の鍋照り焼き 大葉仕立て 鶏の卸し煮	9 アジフライ チキンと茄子のおろしポン酢かけ	10 白身魚のカレームニエル 牛肉の柳川風
	大根とさつま揚げの煮物 長芋・オクラ・わかめの和え物 マカロニサラダ 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 もやしとにらの炒め物 胡瓜とわかめとかにかまの酢の物 味噌汁	長芋のおかか煮 炒り豆腐 キャベツ・わかめ・胡瓜の胡麻酢和え かき玉汁	南瓜のそぼろあんかけ ブロッコリーと卵のサラダ もやし・わかめ・トマトのお浸し 味噌汁	五目豆煮 卵とチンゲン菜の炒め物 かぶの梅和え 味噌汁	厚揚げと茄子のみぞれ煮 ほうれん草としめじのお浸し じゃが芋の胡麻和え 味噌汁
	シューアイスバニラ	カスタードワッフル	バナナケーキ	冷やしお麩入りぜんざい	白こしあんまんじゅう	ぶどうゼリー
11	12 鱈の南蛮漬け 冬瓜の肉団子スープ煮	13 鮭の和風バター焼き 夏野菜カレー	14 カラスガレイの梅風味焼き 棒棒鶏	15 鱈の青じそ味噌マヨ焼き 冷しゃぶ	16 赤飯(北海道産大納言小豆使用) お誕生日会	17 鮭の葱風味焼き 豚肉の生姜焼き <small>パイナップルの日</small>
	茄子のそぼろ煮 大根金平 夏野菜と昆布の和え物 味噌汁	キャベツのスープ煮 茄子とピーマンの味噌炒め カリフラワーとパプリカのピクルス 卵スープ	南瓜煮 茄子とピーマンの炒め物 春雨サラダ 味噌汁	冬瓜の葛煮 オクラの胡麻和え 白菜と胡瓜の塩昆布和え 味噌汁	鶏ももの角煮 がんと里芋の煮物 冷やし焼き茄子 枝豆の白和え 清汁	茄子の揚げ浸し 冷奴 トマトとオクラの和え物 味噌汁
	水まんじゅう きな粉黒みつかけ	フルーツヨーグルト	抹茶ゼリー 白玉とあんこ添え	クリームパン	ショートケーキ&紅茶	パイナップルのカスタード焼き
18	19 カラスガレイの葱風味焼き 豚バラのさっぱり煮	20 ねばねばマグロ丼 鶏の照り焼き	21 めかじきの竜田揚げ 野菜たっぷり八宝菜	22 鯖のピリ辛焼き 筑前煮	23 銀だらの西京焼き チンジャオロース	24 焼きそば <small>夏祭</small> 焼き鳥 たこ焼き かに玉 ほうれん草とトマトのツナ和え
	小松菜と厚揚げの煮物 じゃが芋とベーコンの炒め物 卸し酢和え 味噌汁	ひじき煮 にらとタラコの炒め物 豆腐サラダ 味噌汁	冬瓜のそぼろ煮 ほうれん草のコーンソテー 冷やしキャベツの煮浸し 味噌汁	小松菜の卵とじ ブロッコリーと海老の炒め物 タラモサラダ 味噌汁	じゃが芋のおかか煮 小松菜の三色炒め キャベツと大根のゆかり和え 清汁	けんちん汁
	抹茶カステラ	梅ゼリー	チーズ蒸しケーキ	ところてん	フルーツポンチ	チョコバナナ、ベビーカステラ、フライドポテト
25	26 鮭の胡麻味噌焼き 豚肉と野菜の味噌炒め	27 カラスガレイの磯辺焼き 豚の角煮	28 鮭の葱味噌焼き 肉じゃが	29 マグロカツ 夏野菜の麻婆丼	30 金目鯛の煮付け ミートローフ	31 鯖のおろしそだれ 鶏肉のパン粉焼き
	だし巻き玉子 大根卸し添え じゃが芋の炒め物 トマトのひんやりマリネサラダ 清汁	かぶと油揚げの煮物 南瓜とピーマンの甘辛炒め ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	ゴーヤチャンプル 南瓜サラダ オクラと蒸し鶏の柚子胡椒あん 清汁	切干大根煮 オクラの湯葉和え ポテトサラダ 味噌汁	夏野菜のトマト煮 さつま芋のサラダ ほうれん草の卸し和え 味噌汁	さつま芋と刻み昆布の煮物 ひじきと豆腐の炒め物 切干大根と胡瓜のサラダ 味噌汁
	さわやか夏ゼリー	あんみつ	ブルーチェ ピーチ	水ようかん	白桃シャーベット	抹茶ババロア
<p>ご家庭で、実は小さく切って食べています、などございましたら ご遠慮なくお申し付けください。 こちらでも刻むなどの対応をさせていただきます。</p>						

※食材の都合で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください

