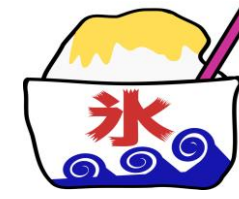




給食センター 平成28年8月下旬予定献立表

残暑お見舞い申し上げます。体調管理にお気をつけください。



	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
	火	水	木	金	土	日 かしわご飯	月	火
昼食	さばの味噌炊き 里芋のピリナツ和え 枝豆入ひじきの煮物 白瓜のみょうが和え 他	豚肉の焼き肉 ハッシュドポ テト 金平こんにゃ く ブロッコリーのソッパ 他	さわらの塩焼き 出し巻卵 マカロニの加ネラ ダ 青梗菜の炒め物 他	トンカツ 南瓜のコンソメ煮 茄子の揚げ煮 結び昆布の煮物 他	鮭のホイル焼 き 海鮮焼売 胡瓜のゆかり 和え マカロニサラ ダ他	コロッケ 赤魚の塩焼き くずもち・焼き ビーフン ごうやの酢の物 他	白身魚の柚子ソース 蓮根煮・しそ餃子 オクラの昆布和え 切り干し大根の煮物 他	酢どり グラタン ツキコンの炒め 煮 春雨のドレッシング 和え他
I初給 -	581 kcal	642 kcal	598 kcal	638 kcal	586 kcal	612 kcal	571 kcal	672 kcal
塩分	2.6 g	2.8 g	2.4 g	2.4 g	2.4 g	2.8 g	2.5 g	2.5 g
夕食	チキンステーキ 竹輪と蓮根の煮物 ミモザサラダ 法連草の胡麻和え他	カレーの天ぷ ら ミニハンバー グ ピーマンソテ ー たけのことイ ゲソの煮物他	牛肉の時雨煮 海老チリ 春雨の中華風酢の 物 牛蒡と大豆の煮 物 他	赤魚の中華餡かけ 肉団子のケチャッ プ煮 ビーンズサラダ 山クラゲの煮物 他	鶏肉の揚げ煮 ヅル入り千草 焼き 大根の味噌煮 ブロッコリーの酢の 物 他	あじの南蛮漬け ウイパーのケチャ ッ煮 パンプキンサラ ダ ささがき牛蒡の 金平 他	松風焼き じゃが芋のソッパ煮 茄子の煮物 イガソの胡麻和え 他	さばの照り焼き 薩摩芋の天ぷら ゴウヤのソテ 冬瓜の煮物 他
I初給 -	596 kcal	630 kcal	607 kcal	605 kcal	620 kcal	651 kcal	651 kcal	612 kcal
塩分	2.8 g	2.4 g	2.5 g	2.5 g	2.6 g	2.7 g	2.4 g	2.5 g
	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日
	火	水	木	金	土	日	月	火
昼食	いわしの明太子焼き 里芋の煮物 春巻き 胡瓜の生姜酢和え 他	鶏肉唐揚げのト ト煮込み 丸天煮 ゴウヤチャン プル 小松菜のお浸 し 他	赤魚の西京焼き 茄子の天ぷら ふきの胡麻まぶし ツキコンの煮物 他	エビプリフライ たこ焼き スパミートソース 胡瓜のレモン和 え 他	さわらのバジ ル焼き オムレツ 肉じゃが シーフードサラ ダ 他	ハバネロのデミカ リス フレンチポテト ぜんまいの炒め 煮 春菊の胡麻和え 他	ししゃもの天ぷら 焼き餃子・うぐいす 豆の甘煮 しめじ山くらげ 法蓮草のお浸し 他	チキンの照り焼き 焼きうどん 高野豆腐のたま ごとじ オクラの塩だれ 他

1初片 -	561 kcal	640 kcal	562 kcal	652 kcal	591 kcal	624 kcal	625 kcal	665 kcal
塩分	2, 8g	2, 4g	2, 6g	2, 3g	2, 3g	2, 4g	2, 5g	2, 7g
夕食	牛肉と厚揚げの煮物 焼きなす ツナサラダ 青梗菜のおかか和え 他	ホキの磯辺揚げ 白木耳の酢の物 五目ひじき 菜の花のわさび和え 他	豚肉の味噌炒め 小あじのフライ 大根サラダ 揚げとじゃが芋の煮物他	太刀魚の揚げ煮 南瓜の煮物 きのこの汁- 蓮根のサラダ 他	ウイナーの和え煮 さんまのかば焼き ごぼうしめじ カウのピ-ナツ和え 他	鮭のバター焼き ピーマンのかき揚げ 角天煮 青梗菜のお浸し 他	ワトカフライの野菜餡 豆腐の煮物 イガ-と里芋の煮物 胡瓜の中華和え 他	あじのみりん焼き 厚揚げ煮 ハとキャ-ツのサラダ 冬瓜のそぼろ煮 他
1初片 -	630 kcal	553 kcal	621 kcal	640 kcal	621 kcal	613 kcal	630 kcal	655 kcal
塩分	2, 7g	2, 3g	2, 5g	2, 6g	2, 6g	2, 9g	2, 6g	2, 7g

*皆様の健康に配慮し、野菜を沢山、栄養のバランスがよい献立にしております。何かご意見がありましたらご連絡下さい。

*メニューは仕入れの都合により変更になる場合があります。

*当センターは国産米を使用しています。

*お弁当はお早めにお召し上がり下さい。また、食べ残した食事は後で食べないでください。



粕屋老人給食センター

福岡県高齢者福祉生活協同組合

092-933-0641