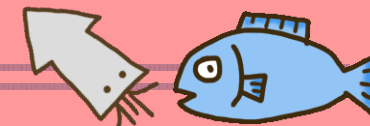
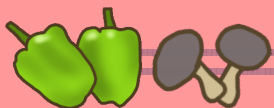


2022年8月 週間献立表



月日	15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)	20日 (土)	21日 (日)
朝食	ご飯 味噌汁 冷奴 蕪の煮物 漬物	ご飯 味噌汁 変わり和え きんぴら 漬物	ご飯 味噌汁 マスの塩焼き 辛し和え 漬物	ご飯 味噌汁 炒り卵 和え物 漬物	ご飯 味噌汁 レンコン炒り煮 ポテトサラダ 漬物	ご飯 味噌汁(大根) 煮物 酢の物 佃煮	ご飯 味噌汁 オムレツ ジャガイモ甘煮 ふりかけ
昼食	ご飯 涼風盛り合わせ 付け合わせ 吸物 梅和え 卵の花 とけないアイス	ご飯 関西風お好み焼き 付け合わせ ひじきの煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 デザート	ご飯 アジの南蛮漬(温) 付け合わせ 切り干しの柔らか煮 焼きナス ビーフンスープ ゼリー	ご飯 野菜たっぷりカレー 炒め煮 ドレッシング和え フルーツ	ご飯 肉団子の甘酢煮 吸物 芋煮 ごま豆腐 フルーツ	親子丼 モズクスープ ピーナツ和え 懐かしい田舎煮 和菓子	ご飯 ぶっかけうどん 酢の物 茄子の炒め煮 ゼリー
夕食	ご飯 ポークチャップ 付け合わせ サラダ キャベツの煮びたし クリーミスープ	ご飯 味噌汁 付け合わせ 高野の卵とし なます コンソメスープ	ご飯 回鍋肉 吸物 がんもの含め煮 ブロッコリツナ和え	ご飯 南部焼 付け合わせ 里芋含め煮 和え物 吸物	ご飯 旨味たっぷり太刀魚 付け合わせ 磯香和え 南瓜の旨煮 赤だし	ご飯 和風変わり焼き 付け合わせ 中華スープ ふきの炒め煮 ドレッシング和え	ご飯 魚フライ 付け合わせ 吸物 酢味噌和え 筍の煮物
カロリー	1610Kcal	1589Kcal	1587Kcal	1578Kcal	1678Kcal	1571Kcal	1604Kcal
蛋白質	57.4g	60.5g	60.2g	62.6g	55.4g	62.0g	56.1g
食塩	8.1g	8.6g	8.1g	7.5g	8.0g	8.3g	8.5g

★一言コラム★

『花火』

花火といえば、夏の風物詩となっていますが、なぜ夏に行われているのでしょうか？理由としては、送り盆の時期に供養や、あの世へ帰れるように空へ音で合図している為だと言われています。そして現在でもその風習は続けられています。

また、「かぎやー」「たまやー」の掛け声ですが、花火師の名前です。のちに江戸時代の花火屋として、「鍵屋」と「玉屋」になったそうです。



※食材の仕入れの都合により献立が変更になる場合がございますので、ご了承下さい。

※エネルギー量やたんぱく質、塩分量などを掲示いたしますが、あくまでも計算上の数値となります。実際にお召し上がりになる量は少し違いますので、あらかじめご了承くださいませ。

