



しまた川苑通所献立表（令和6年9月後半）



16 (月)	散らし寿司	炊き合わせ(高野豆腐) プリン すまし汁	560 kcal
17 (火)	さばの塩焼き	大根おろし キャベツのそぼろ煮 水ようかん 味噌汁	590 kcal
18 (水)	鶏ササミの 梅かけ	じゃが芋の煮付 フルーツミックス 味噌汁	574 kcal
19 (木)	煮魚 (さわら)	煮付け(ごぼう・人参) 煮付け(冬瓜) フルーツ(いちご) かき卵汁	528 kcal
20 (金)	柳川風煮	金時豆の甘煮 青りんごゼリー 味噌汁	643 kcal

23 (月)	散らし寿司	豆腐田楽 きららヨーグルト すまし汁	579 kcal
24 (火)	チキン チャップ	野菜のソテー 大根の煮付 オレンジゼリー 味噌汁	517 kcal
25 (水)	誕生食 鯛の黄身焼き	松風焼き 厚焼き卵 煮合わせ 酢の物 さつま芋の茶巾 りんご羹 すまし汁	715 kcal
26 (木)	青炒肉絲	うすら豆の甘煮 プリン 味噌汁	541 kcal
27 (金)	サワラの 西京焼	ビーフンソテー 肉じゃが いちごヨーグルト かき卵汁	618 kcal

30 (月)	鶏の 甘酢あんかけ	野菜のソテー 豆腐のくず煮 プリン 味噌汁	639 kcal
-----------	----------------------	--------------------------------	-------------



※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。
 ※毎食御飯が付きます。カロリーには御飯(1食150g)が含まれています。