2025年8月 われもこう弁当献立表

TEL２４－２０５３
TEL 0120-63-0065
FAX２４－２０５３

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
				1 ごはん 秋刀魚の蒲焼き 高野の含め煮 中華はるさめ ８７８Kcal
4 ごはん ハンバーグ 山菜の和風煮 マカロニサラダ ７１１Kcal	5 ごはん かに玉風卵焼き コロッケ ごぼうサラダ ８０７Kcal	6 ごはん ほっけの煮つけ ビーフンソテー わかめの酢の物 ５３４Kcal	7 ごはん からあげ 小松菜の煮浸し ポテトサラダ ８９１Kcal	8 ごはん 牛肉のオイスター炒め 炊き合わせ シルバーサラダ ７８２Kcal
11 山の日	12 ごはん おまかせ天ぷら ぴり辛こんにゃく からし酢あえ ６６４Kcal	13 ごはん 赤魚のマヨネーズ焼き ひじきの炒り煮 青じそドレッシングあえ ７８５Kcal	14 15 お盆休み	
18 ごはん ひれかつ 五目ひじき ツナサラダ ７３４Kcal	19 ごはん さばの甘酢野菜のせ 糸こんの煮物 かぼちゃサラダ ６８１Kcal	20 ごはん トマトソースチキン ひじきの炒り煮 スパサラダ ６４７Kcal	21 ごはん さけフライ きりぼしナポリタン 法蓮草のお浸し ６０１Kcal	22 ごはん 冷しゃぶ 焼きそば 土佐煮 ７３２Kcal
25 ごはん あじの香味焼き 茄子のそぼろ煮 春雨の酢の物 ６３１Kcal	26 ごはん 甘酢肉だんご たまごとじ コールスロー ８９４Kcal	27 ごはん エビチリ きりぼし大根煮 昆布あえ ７１４Kcal	28 ごはん 中華炒め 竹輪の炒り煮 ブロッコリーサラダ ６６２Kcal	29 ごはん タラのカレーポテト焼き 炊き合わせ 胡麻酢あえ ６８３Kcal