

岩砂テイサービスセンター メニュー表

月	火	水	木	金	土
					
					
<p>4 ブリの生姜煮 がんもの煮物 インゲンの胡麻和え 味噌汁 ご飯 557kcal/塩分3.6g おやつ:ドーナツ</p>	<p>5 唐揚げ ハムとインゲンの卵とじ オクラのおかか和え 味噌汁 ご飯 608kcal/塩分3.3g おやつ:ムーンライトソフトケーキ</p>	<p>6 野菜そば 豆腐しんじょうのカニあんかけ 五目豆 味噌汁 ご飯 646kcal/塩分5.6g おやつ:ロールケーキ</p>	<p>7 肉豆腐 切干大根煮 ホウレン草の卵和え 味噌汁 ご飯 585kcal/塩分3.1g おやつ:ガトーショコラ</p>	<p>8 ハヤシライス ウインナー サラダ 576kcal/塩分4.0g おやつ:ムーンライトソフトケーキ</p>	<p>2 おたのしみメニュー </p>
<p>11 鶏の味噌ケチャップ煮 じゃが芋のそぼろ煮 インゲンの磯和え 清し汁 ご飯 532kcal/塩分2.7g おやつ:せんべい</p>	<p>12 肉うどん さつまいもとちくわの旨煮 しらす酢和え おにぎり 657kcal/塩分5.4g おやつ:ミニシルベレーヌ</p>	<p>13 チキンカツハヤシソース ムキエビのソテー マカロニサラダ スープ 573kcal/塩分3.2g おやつ:コーヒーゼリー</p>	<p>14 どんがら汁 がんもの煮物 長芋短冊 スープ ご飯 552kcal/塩分2.9g おやつ:ムーンライトソフトケーキ</p>	<p>15 肉団子の炊き合わせ れんこんの金平 キャベツのおかか和え 味噌汁 ご飯 498kcal/塩分4.2g おやつ:ハーベスト</p>	<p>9 煮込みハンバーグ 和風スパゲッティー 南瓜サラダ スープ ご飯 549kcal/塩分3.1g おやつ:ドーナツ</p>
<p>18 ひき肉炒め 筍とさつま揚げの炒り煮 小松菜の胡麻和え 清し汁 ご飯 604kcal/塩分3.4g おやつ:ドーナツ</p>	<p>19 サバの生姜煮 里芋の煮物 野菜の酢の物 味噌汁 ご飯 449kcal/塩分3.4g おやつ:ふんわりチョコバーム</p>	<p>20 肉味噌豆腐 あんかけ餃子 春菊のお浸し 清し汁 ご飯 520kcal/塩分3.5g おやつ:ソフトマドレーヌ</p>	<p>21 肉団子のケチャップ煮 焼豆腐の甘辛煮 マカロニサラダ スープ ご飯 567kcal/塩分3.0g おやつ:肉まん</p>	<p>22 タラの唐揚げ 大豆五目煮 春雨サラダ 味噌汁 ご飯 521kcal/塩分2.5g おやつ:今川焼き</p>	<p>23 カレーライス 炒り卵 大根サラダ 福神漬 659kcal/塩分4.3g おやつ:ロールケーキ</p>
<p>25 鶏のくわ焼き さつま芋の甘煮 菜の花の和え物 味噌汁 ご飯 549kcal/塩分2.1g おやつ:バームクーヘン</p>	<p>26 マーボー豆腐 春巻き 青梗菜の中華和え スープ ご飯 495kcal/塩分1.8g おやつ:カスタードケーキ</p>	<p>27 豚野菜炒め そうめんチャンプルー 筍の煮物 味噌汁 ご飯 492kcal/塩分3.9g おやつ:ミニシルベレーヌ</p>	<p>28 アジの味噌煮 白菜の煮浸し さつま芋サラダ 清し汁 ご飯 509kcal/塩分2.9g おやつ:クリームパン</p>		

※ 食材の仕入れ状況により、メニューが一部変更になる場合がありますので、ご了承ください。