



好日御膳

～8月25日週・9月1日週 献立表～

8月25日週

8月25日(月) お届け	
①	主食 白飯
	主菜 豚ひき肉の豆腐チャンプルー
	副菜 わかめと蒸し鶏の酢味噌和え
	副菜 南瓜と人参の炊き合わせ
②	副菜 ほうれん草のだし煮
	主食 白飯
	主菜 アジフライ
	副菜 キャベツと蒸し鶏のひじきサラダ
③	副菜 ひき肉とチンゲン菜の炒め物
	副菜 ブロッコリーのおかか和え
	主食 白飯
	主菜 煮込み風ハンバーグ
③	副菜 人参のラペ
	副菜 ジャガバタコーン
	副菜 豆のコンソメ煮

8月28日(木) お届け	
①	白飯
	主菜 牛焼肉
	副菜 わかめとカニ風味かまぼこのお浸し
	副菜 さつま芋のそぼろあんかけ
②	副菜 ほうれん草としめじの和え物
	白飯
	主菜 豚肉と根菜の炒め物
	副菜 キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ
③	副菜 こうや豆腐と青菜の炊き合わせ
	副菜 枝豆の和風和え
	白飯
	主菜 メンチカツ
③	副菜 人参とツナのサラダ
	副菜 白菜と春雨のクリーム煮
	副菜 いんげんとコーンの炒め物

9月1日週

9月1日(月) お届け	
①	主食 白飯
	主菜 チキン南蛮
	副菜 キャベツとカニ風味かまぼこの和え物
	副菜 切干大根と椎茸の煮物
②	副菜 ほうれん草とハムの和え物
	主食 白飯
	主菜 牛すき煮
	副菜 玉ねぎとわかめの和え物
③	副菜 さつま芋の煮物
	副菜 大根と人参の煮物
	主食 白飯
	主菜 玉子焼き カニ風味海鮮あんかけ
③	副菜 花野菜のさっぱりマリネ
	副菜 麻婆なす
	副菜 チンゲン菜と人参のナムル

9月4日(木) お届け	
①	白飯
	主菜 国産イワシの生姜煮
	副菜 ほうれん草とキャベツの和え物
	副菜 ジャガ芋といんげんのあおさ炒め
②	副菜 もやしとひじきの梅和え
	白飯
	主菜 鶏肉の塩麴焼き
	副菜 切干大根とブロッコリーの和風サラダ
③	副菜 揚げボールと青菜の炊き合わせ
	副菜 ピリ辛こんにゃく
	白飯
	主菜 エビカツ オーロラソースがけ
③	副菜 ブロッコリーと人参の塩昆布サラダ
	副菜 根菜とひき肉の煮物
	副菜 キャベツのごま和え

※お届けは月曜日、木曜日の2日間のみ、それぞれ3日分お届けいたします。

賞味期限にご注意ください。月曜日お届け商品→水曜日午後10時、木曜日お届け商品→土曜日午後10時です。

- ◎栄養成分値、アレルギー物質表記は別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」へお申し付けください。
- ◎お召し上がりの際は、よく噛んでのどに詰まらせないようご注意ください。◎肉類や魚介類は骨に注意して召し上がってください。
- ◎加熱後、ソースまたはスープが高温になりますのでやけどにご注意ください。
- ◎加熱後は容器が熱くなる場合がございますので、電子レンジから取り出す際は、やけどにご注意ください。
- ◎パッケージに記載の電子レンジの温め時間でも冷たい部分がある場合は加熱しすぎに注意して、10秒ずつ追加加熱をしてください。食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。