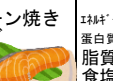
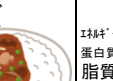
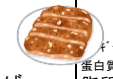
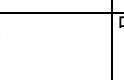
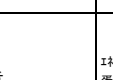
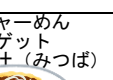
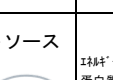
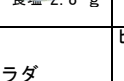
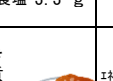
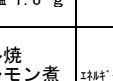
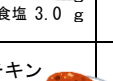
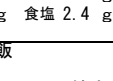
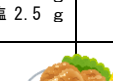


[なごみ ショートステイ 8月 献立表]

調布市知的障害者援護施設なごみ

2026年 8月

2026-06-26 印刷

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価	日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
15 (土)	米飯 肉団子の生姜スープ バナナ1本 牛乳 	スパゲティクリームソース かぼちゃサラダ ミネストローネ 	コーヒームース 	ネバとろ丼 生揚げの煮つけ ほうれん草のえのきびたし にらたま汁 	1905 kcal たんぱく質 82.4 g 脂質 46.2 g 食塩 6.8 g	22 (土)	米飯 ポトフ バナナ 牛乳 	ソース焼きそば ささみの梅マヨネーズ かき玉スープ 	ソファール 元気 	もち麦ご飯 とり 生姜麹焼 かぼちゃの甘煮 キムチやっこ 味噌汁 	1947 kcal たんぱく質 86.2 g 脂質 48.2 g 食塩 9.3 g
16 (日)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (たまねぎ) 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ チキンカツ キャベツ和風サラダ 清汁 (はんぺん・青菜) 	アイスクリーム 	もち麦ご飯 ふりかけ ぎょうざ もやにら炒め なすと鶏の酢物 かき玉スープ 	2029 kcal たんぱく質 81.8 g 脂質 56.7 g 食塩 9.3 g	23 (日)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (芋・ニンジ) 牛乳 	和風カレーライス キャベツ和風サラダ かぼちゃのいし煮 	小豆ムース 	もち麦ご飯 ふりかけ さけのマヨコーン焼き ツナ大根サラダ みそ汁 (ほうろ) 	1921 kcal たんぱく質 82.0 g 脂質 48.4 g 食塩 7.0 g
17 (月)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ ハンバーグ煮込ソース キャベツポテト みそ汁 (たまねぎ) 	マンゴー 	もち麦ご飯 五目豆腐 ササミサラダ 中華スープ 	1924 kcal たんぱく質 81.9 g 脂質 46.0 g 食塩 5.9 g	24 (月)	米飯 かぼちゃシチュー バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 ささみフライ 茹で枝豆 キャベツ和風サラダ みそ汁 (なめこ) 	すいか 	ハヤシライス ひじきのサラダ ソファール 	2047 kcal たんぱく質 87.6 g 脂質 52.7 g 食塩 7.9 g
18 (火)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 焼魚しゃし 里芋の煮ころがし トマトボン酢かけ 卵の味噌汁 	カルシウムどら焼き 	麦ご飯 マーボナス ナムル 中華スープ 	1953 kcal たんぱく質 83.2 g 脂質 52.9 g 食塩 7.5 g	25 (火)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 たまねぎ 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ シュウマイ ナムル 中華スープ 	プリン 	もち麦ご飯 ふりかけ 鶏胸みそ焼き ポテトサラダ みそ汁 なまあげ 	1951 kcal たんぱく質 80.3 g 脂質 53.2 g 食塩 8.1 g
19 (水)	米飯 ウインナーソーテ ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	冷やし中華 鶏からあげ 	ロールケーキ (ブルーヨーグルト) 	もち麦ご飯 ふりかけ 赤魚につけ かぼちゃ甘煮 山海おろし和え みそ汁 菜・ふ 	1910 kcal たんぱく質 77.4 g 脂質 47.6 g 食塩 8.6 g	26 (水)	米飯 ウインナーソーテ ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	ジャージャーめん チキンナゲット かきたま汁 (みつば) 	サイダーゼリー 	もち麦ご飯 白身魚のトマトソース にんじん甘煮 ミルクスープ 	1974 kcal たんぱく質 81.3 g 脂質 63.6 g 食塩 8.2 g
20 (木)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 さばの梅煮 マカロニサラダ みそ汁 なまあげ 	ピーチゼリー 	もち麦ご飯 鶏かおり焼き にんじん甘煮 青菜納豆 みそ汁 (じゃが) 	1875 kcal たんぱく質 80.6 g 脂質 49.9 g 食塩 8.1 g	27 (木)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 白身魚みそ焼 かぼちゃサラダ みそ汁 	スマイルゼリー 桃 	もち麦ご飯 鶏バジルオイル焼 さつまいもレモン煮 もやしの和え物 とまとスープ 	1880 kcal たんぱく質 83.8 g 脂質 51.0 g 食塩 7.4 g
21 (金)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ カツレツトマト もやしの和え物 豆腐のすまし汁 	水羊羹ホイップ 	もち麦ご飯 タンダーリーチキン 粉ふき芋 キャベツサラダ ワカメスープ 	1962 kcal たんぱく質 82.7 g 脂質 49.0 g 食塩 6.9 g	28 (金)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ さけのガーリック焼き なめこレーズンの甘煮 ミルクスープ 	抹茶風ムース 	もち麦ご飯 鶏からあげ 野菜マリネソース なめこ豆腐 清汁 (はんぺん) 	1928 kcal たんぱく質 82.6 g 脂質 48.5 g 食塩 7.2 g