





# 天神屋のお夕飯便献立表【8月】

※材料の都合によりメニューが一部変更になる場合がございます。

第1週	8月1日(火)	8月2日(水)	8月3日(木)	8月4日(金)
	助宗タラのムニエル 里芋煮 金時豆 桜海老乗せあんかけ揚げ出し豆腐 人参ナムル ふきの煮物	豚ロースのスタミナ焼き フレンチサラダ ゴボウサラダ 自家製肉団子とパプリカのあんかけ しば漬け ハウレン草のバターソテー	アジフライ ピザソース添え 煮物 野菜のたらこ和え ツナサラダ ひじき煮 桜大根	牛肉と玉ねぎの炒め物 マカロニサラダ 春雨中華サラダ 青菜鶏そぼろ煮 しば漬け おかずこんぶ
	299kcal/たんぱく質24.3g/脂質8.7g/塩分2.7g	314kcal/たんぱく質15.3g/脂質18.4g/塩分2.4g	397kcal/たんぱく質19.4g/脂質21.3g/塩分2.9g	290kcal/たんぱく質7.6g/脂質19.6g/塩分2.7g
 今週のお弁当      おやこ弁当+天神コロッケ1個				

第2週	8月7日(月)	8月8日(火)	8月9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金)
	エビフライ タルタルソース添え スパゲティサラダ 菜の花のおひたし 白菜と角煮の白和え 桜大根 わさび菜	フライドチキン 煮物 アンチョビキャベツ 長芋の梅肉あえ しば漬け 豆カニカマサラダ	鮭の明太子焼き ミックスビーンズとツナマヨサラダ 彩り春雨サラダ 根菜とひじきの和サラダ 搾菜 桜大根	鶏肉とこんにゃくの煮物 コーンとハムのソテー 五目卵の花 大根サラダ しば漬け からし高菜	山の日
	345kcal/たんぱく質16.0g/脂質17.5g/塩分2.3g	221kcal/たんぱく質20.1g/脂質7.7g/塩分2.0g	315kcal/たんぱく質23.9g/脂質14.2g/塩分3.3g	298kcal/たんぱく質18.7g/脂質14.1g/塩分2.1g	433kcal/たんぱく質24.5g/脂質28.5g/塩分2.7g
 今週のお弁当      天神屋特製ピリ辛ダレが旨い! モツ炒め丼					

第3週	8月14日(月)	8月15日(火)	8月16日(水)	8月17日(木)	8月18日(金)
	赤魚の香味野菜添え イカリング きのこミックス さつま芋と豆のハニーマスタード きざみ沢庵 きんぴら	牛肉とエリンギの甘辛炒め 鶏そぼろポテト 豆と根菜のゴマダレサラダ 海老フリッター 磯わかめ 桜大根	 8月後半のメニューは2週目ごろに配布予定です 静岡オリコミ 健康事業部 天神屋お夕飯便 <b>0120-946-369</b>		
	243kcal/たんぱく質18.7g/脂質8.8g/塩分3.6g	480kcal/たんぱく質14.8g/脂質35.2g/塩分2.9g			
 今週のお弁当      7品目の具材を楽しむ冷やし中華+クリームコロッケ					