

令和7年
8月献立表

高齢者向け配食サービス

ごちそうさん

0178-47-7000

夕食のお弁当1食580円(税込)

ご飯多め610円(税込)

ご飯なし550円(税込)

個別メニュー300円(税込)

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	31					1	2
献立	ご飯 カレーの煮付け 野菜炒め マカロニサラダ					ご飯 ほっけの塩焼き 肉じゃが チンゲン菜の中華和え	ご飯 赤魚の煮付け 冬瓜とツナの煮物 モロヘイヤの和え物
カロリー 塩分 (g)	509 2.3					503 2.2	511 1.9
個別 申し込み							
日	3	4	5	6	7	8	9
献立	ご飯 鶏肉のきのこ煮 れんこん炒め ワサビ和え	あさりご飯 タラの煮付け ナスの揚げびたし 豆苗の塩昆布和え	ご飯 カニ玉 いんげんとツナの煮物 ポテトサラダ	ご飯 豚肉の生姜焼き ふきの煮物 三色ナムル	ご飯 サンマの蒲焼き ひじきの炒め煮 ピーナッツ和え	ご飯 鶏の唐揚げ 五目若竹煮 もずく酢	ご飯 豚肉のスタミナ炒め さつまいもレモン煮 モロヘイヤのおかか和え
カロリー 塩分 (g)	514 2.5	509 2.5	522 2.1	510 2.4	507 2.1	547 2.3	523 1.8
個別 申し込み							
日	10	11	12	13	14	15	16
献立	ご飯 サバの香味焼き 山クラゲの炒め煮 辛子和え	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 きんぴらごぼう 小松菜の海苔和え	ご飯 マーボー茄子 春雨の炒め物 たまごサラダ	赤飯 野菜天ぷら 煮しめ きゅうりの酢の物	ご飯 赤魚の粕漬焼き チャンプルー ほうれん草のゆず香和え	ご飯 鮭のみそ焼き わらびの煮物 マカロニサラダ	ご飯 エビフライ 竹の子のおかか煮 春菊ツナ和え
カロリー 塩分 (g)	501 2.2	520 2.3	510 2.5	528 2.4	503 1.8	525 2.2	536 2.4
個別 申し込み				豆腐だんご			
日	17	18	19	20	21	22	23
献立	ご飯 煮込みハンバーグ 切干大根の煮物 ほうれん草の山かけ	ご飯 カレーの煮付け 肉団子の甘酢あんかけ オクラの海苔和え	ご飯 揚げ出し豆腐のあんかけ きんぴらごぼう カリフラワーの梅マヨ和え	ご飯 サバの味噌煮 厚揚げとニラの炒め物 豆苗の塩昆布和え	ご飯 メンチカツ ぜんまい炒め煮 チンゲン菜のお浸し	五目ご飯 赤魚の煮付け かぼちゃ煮 なめこの菊花和え	ご飯 春巻き 八宝菜 いんげんごま和え
カロリー 塩分 (g)	507 2.5	519 2.4	536 2.1	543 2.2	505 2.7	537 2.1	524 1.8
個別 申し込み				かぼちゃ ババロア			
日	24	25	26	27	28	29	30
献立	ご飯 かつおフライ 里芋の煮ころがし 海草サラダ	ご飯 牛肉と夏野菜炒め 高野豆腐の煮物 しらす和え	ご飯 赤魚の葱みそ焼き すき昆布煮 さつま芋サラダ	ご飯 かぼちゃコロック 冬瓜のそぼろあん 三色ナムル	ご飯 鶏の照り焼き ブロッコリーの卵炒め 焼きなす	ご飯 タラの味噌マヨ焼き 五目ひじき煮 春雨サラダ	ご飯 カキフライ ふきの煮物 酢味噌和え
カロリー 塩分 (g)	526 1.8	511 2.5	504 2.2	522 1.9	510 2.3	510 2.2	517 2.3
個別 申し込み							

●調理・配達 有料老人ホーム ちょうじゃ様の宿

受付時間 AM9:00~PM5:00

八戸市大字糠塚字大杉平6-1

●ごちそうさんホームページ●

<https://www.hachinohe-medical.com>

※仕入れの状況により献立・食材を
変更する場合があります。

ちょうじゃ様の宿HPから→ごちそうさんHPへ入れます。