



旬の食材: 冬瓜は、カリウムやカルシウムを豊富に含んでいます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土	
	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	
昼	ご飯 グリルチキン <small>キャベツの辛子マヨネーズ和え 中華スープ (大根、しめじ)</small> スイカ だし巻き卵	桜海老入り豆ご飯 豆腐ハンバーグ <small>ささみとオクラの梅和え</small> ごぼう汁 バナナ 焼き茄子	ご飯 <small>豚肉の蜂蜜入り生姜焼き</small> 切干大根の酢の物 清汁 (白菜、わかめ) 洋梨缶 かぼちゃのサラダ	穴子散らし寿司 <small>ブロッコリーの中華和え</small> 味噌汁 (豆腐、揚げ) スイカゼリー 茶蕎麦	ご飯 鯖のトマト煮 白菜のおかか和え <small>味噌汁 (えのき、ほうれん草)</small> フルーツポンチ 冬瓜とそぼろ煮	ご飯 あじの南蛮漬け 胡瓜の青じそ和え 清汁 (豆腐、ごぼう) オレンジ <small>糸こんにゃくのピリ辛炒り</small>	
	おやつ	酒饅頭	おはぎ	カスタードケーキ	黒糖饅頭	いちごケーキ	チョコアイス
	カロリー	678 <sup>キ</sup> 加	681 <sup>キ</sup> 加	817 <sup>キ</sup> 加	709 <sup>キ</sup> 加	681 <sup>キ</sup> 加	648 <sup>キ</sup> 加
		8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
昼	ご飯 <small>冷豚しゃぶの胡麻だれ</small> 中華ナムル <small>味噌汁 (豆腐、わかめ)</small> 苺ゼリー 里芋の煮物	ご飯 <small>鰯フライ~タルタルかけ</small> イカのピリ辛和え <small>味噌汁 (里芋、大根葉)</small> 梨 切干大根炒め煮	いりこ菜飯 <small>三色ソーメン~梅だれ</small> 鶏肉の旨煮 くず餅風デザート 香の物	コーンご飯 <small>牛肉ときのこソテー</small> マカロニグラタン 中華スープ オレンジ <small>キャベツのシーザーサラダ</small>	ご飯 鮭のバター醤油焼き 海藻サラダ <small>味噌汁 (じゃが芋、小松菜)</small> バナナ 卵豆腐	ご飯 <small>鶏肉の蜂蜜味噌焼き</small> 大根サラダ 清汁 (とろろ昆布) キウイフルーツ 焼きビーフン	
	おやつ	今川焼きこしあん	白桃ようかん	どら焼きずんだ	ココアの実	アイスバニラ	キャラメルケーキ
	カロリー	796 <sup>キ</sup> 加	704 <sup>キ</sup> 加	626 <sup>キ</sup> 加	735 <sup>キ</sup> 加	715 <sup>キ</sup> 加	659 <sup>キ</sup> 加

献立は変更になることがございます。ご了承ください。



お盆の時期になりました。あつと言う間に8月ですね。  
梅雨が明け、一気に暑さが増しています。熱中症は、室内で起こりやすいです。そのため、お家や通所利用時は、喉が  
渇く前に水分補給を心がけましょう！！

