



旬の食材:オクラには水溶性食物繊維やβカロテンが含まれています。



大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	6月29日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
昼	夏バテ防止雑穀米ねばねば丼 春菊といかの和え物 味噌汁 ぶどうフルーチェ 焼き茄子 -	玄米パン ミートスパゲッティ クラムチャウダー 白桃寒天 コールスローサラダ -	御飯 赤魚の煮付け 小松菜の和え物 味噌汁 バナナ だし巻き玉子	御飯 あじフライ 白菜の中華和え 清汁 キウイフルーツ 南瓜煮	御飯 チキンレモン ホタテのお浸し 中華スープ スイカ ゴーヤチャンプル	御飯 鮭のカレームニエル もずく酢 清汁 さつま芋のレモン煮 鶏つみれ煮
おやつ	おやつ:レモンロール	おやつ:練り切り	おやつ:ココアワッフル	おやつ:冷やしぜんざい	おやつ:酒饅頭	手作りおやつ
カロリー	607 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	689 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	638 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	673 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	652 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	611 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加
	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
昼	御飯 豚肉の生姜焼き きゃべつ磯香和え 清汁 オレンジ きんぴらごぼう	セタミニ散らし寿司 星のハンバーグ 豚汁 お星様ゼリー ソーメン -	御飯 ココモコ もやしの胡麻和え ワンタン中華スープ キウイフルーツ ブロッコリーのタルタル和え	コーン御飯 鶏肉の柚子味噌焼 ひじき和え 味噌汁 スイカ 白菜のポン酢和え	御飯 たらの煮付け シェルマカロニサラダ 味噌汁 バナナ オニオンソテー	ゆかり御飯 冷やし中華 白菜の和え物 みかんフルーチェ 肉春巻き
おやつ	おやつ:チーズケーキ	おやつ:水饅頭	おやつ:チョコレート饅頭	おやつ:チョコレートアイス	おやつ:いちご蒸しパン	おやつ:ようかん
カロリー	693 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	670 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	647 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	623 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	616 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	642 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



いよいよ7月になりました。  
さて、みなさんにお知らせです。コロナウイルスの影響で、今年は残念ながらそうめん流しは中止となりました…。  
楽しみにされていた方は、すみません。来年はできるといいですね♪

