



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27日	6月28日	6月29日	6月30日	7月1日	7月2日
昼	夏バテ防止雑穀米 ^お ^お 丼 春菊といかの和え物 清汁（玉子豆腐） ぶどうフルーチェ 焼き茄子	胚芽ロール ミートスパゲッティ クラムチャウダー ピーチゼリー コールスローサラダ	ご飯 ハンバーグ ブロッコリーと柿 ^と 和え 清汁（白菜・厚揚げ） たんぱく強化 ^ム スイチゴ 金平ごぼう	ご飯 あじフライ 胡瓜和え 清汁（もやし・しめじ） キウイフルーツ 南瓜煮	親子丼 ホタテのお浸し えび中華スープ すいか ゴーヤチャンプル	ご飯 鮭のカレー ^ム ニエル もずく酢 かきたま汁 さつま芋のレモン煮 鶏つみれ煮
おやつ	チョコドーナツ	練りきり	炭酸饅頭	カレー ^キ コッ ^コ	酒饅頭	フルーツポンチ
カロリー	679 ^キ _カ	701 ^キ _カ	691 ^キ _カ	593 ^キ _カ	594 ^キ _カ	634 ^キ _カ
	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日
昼	ご飯 豚肉の生姜焼き 磯香和え 清汁（もやし・えのき） オレンジ きんぴらごぼう	ハヤシライス ブロッコリー ^ミ ザ ^サ ラダ 福神漬け スイカゼリー ピーマン ^と リー ^セ ズ ^リ テ	ご飯 鶏肉の柚子味噌焼き ひじき和え 味噌汁（豆腐・小松菜） りんご 白菜ぽん酢和え	七夕 ^ミ ニ ^ニ 散らし ^シ 寿司 星のハン ^バ ー ^グ 牛肉と大根汁 お星様ゼリー 二色 ^リ ー ^キ	ご飯 たらの煮付け シ ^ル カ ^ニ サ ^ラ ダ 味噌汁（もやし・ごぼう） バナナ お ^ニ サ ^テ	わかめ御飯 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	チーズケーキ	黒糖饅頭	チョコレート ^ア イ ^ス	水饅頭 ^柚 子	いちご蒸しパン	ようかん・こしあん
カロリー	636 ^キ _カ	695 ^キ _カ	562 ^キ _カ	639 ^キ _カ	600 ^キ _カ	615 ^キ _カ

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。

だんだん本格的に暑くなってきました。みなさん、体調はいかがでしょう？
今月の行事食は、七夕御膳です☆
ご利用日の方は、ぜひお越しください♪

