



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
	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日
昼	ゆかり御飯 焼きそば <small>冬瓜とあさりの中華スープ</small> イチゴゼリー ほうれん草ごま和え	御飯 たらのねぎ塩焼き ホタテのお浸し <small>味噌汁(大根・おつゆ)</small> 黄桃缶 がんもの卸し煮	鰻のたまごとじ丼 <small>ブロッコリーのかにかま和え</small> 清汁(かぶ・白菜) 白桃ゼリー 胡麻豆腐	御飯 白身魚の蒲焼き さつま芋サラダ <small>根菜味噌汁(大根・蓮根)</small> バナナ ゴーヤチャンプル	御飯 キャベツメンチカツ 菜の花のわさびあえ 清汁(筍・ワカメ) りんご 卵豆腐	御飯 豚ニラの炒め うまい菜のお浸し 清汁(豆腐・えのき) すいか 切干大根炒め煮
おやつ	おたのしみおやつ	カスタードケーキ	レアチーズ	バニラアイス	ココア蒸しぱん	さつま芋ようかん
カロリー	662 ^キ _〇 加	575 ^キ _〇 加	636 ^キ _〇 加	750 ^キ _〇 加	637 ^キ _〇 加	644 ^キ _〇 加
	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日
昼	御飯 白身魚の梅マヨ焼き 大根なます <small>清汁(白菜・かまぼこ)</small> パイナップル缶 きんぴらごぼう	ハヤシライス <small>ブロッコリーミモザサラダ</small> 福神漬け イチゴゼリー <small>ピーマンとソーセージソテー</small>	御飯 ほきのタルタル南蛮 <small>春菊とあさりの海苔和え</small> コンソメスープ(大根・しめじ) ぶどうゼリー オニオンソテー	コーン御飯 牛肉ときのこソテー <small>海老とキャベツのシーザーサラダ</small> 中華スープ みかん缶 明太スパゲティ	御飯 冷豚しゃぶの胡麻だれ いんげんの酢味噌和え たまごスープ りんご ひじき煮	御飯 鮭のにんにく漬け焼き 南瓜煮 <small>味噌汁(蓮根・小松菜)</small> 洋梨缶 冷奴
おやつ	すいかロールケーキ	黒糖饅頭	チョコレート饅頭	きなこ黒蜜パンケーキ	ずんだどら焼き	カステラ
カロリー	550 ^キ _〇 加	725 ^キ _〇 加	718 ^キ _〇 加	605 ^キ _〇 加	691 ^キ _〇 加	626 ^キ _〇 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。

最近、「もと焼き」という新メニューを取り入れました★
「もと焼き」とは・・・、「魚や魚介類などに、卵黄・味噌・砂糖などで作るソースをかけて焼いた料理」ということです。
当苑では、主にマヨネーズと塩こしょうでソースを作っています。

