



旬の食材:青じそは、免疫を増強するβカロテンを豊富に含みます。



大分豊寿苑 デイケア献立表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|---|---|---|---|---|--|
| | 6月15日 | 6月16日 | 6月17日 | 6月18日 | 6月19日 | 6月20日 |
| 昼 | 御飯 タンドリーチキン 菜の花の和え物 コンソメスープ 白桃缶 <small>カリフラワーとソーセージソテー</small> | 御飯 鱈の梅マヨ焼き ショウガの酢の物 すまし汁(豆腐、白菜) バナナ もやしソテー | 豆御飯 豆腐ハンバーグ キャベツの香り胡麻和え ごぼう汁 さくらんぼゼリー ひじき煮 | 高菜御飯 団子汁 春菊のくるみ和え フルーツポンチ 冷奴 | 御飯 鱈の南蛮漬け キャベツとトマトの和え物 味噌汁(豆腐、ほうれん草) 洋梨缶 里芋の煮物 | 御飯 お好み焼き風オムレツ 玉ねぎとりんごサラダ すまし汁(大根、わかめ) びわ缶 冬瓜のかにあんかけ |
| | おやつ おやつ:白桃ようかん | おやつ:エクレア | おやつ:チョコ饅頭 | おやつ:水饅頭 梅 | 手作りおやつ:プリン | おやつ:練り切り |
| カロリー | 633 ^キ _〇 加 | 554 ^キ _〇 加 | 698 ^キ _〇 加 | 641 ^キ _〇 加 | 653 ^キ _〇 加 | 661 ^キ _〇 加 |
| | 6月22日 | 6月23日 | 6月24日 | 6月25日 | 6月26日 | 6月27日 |
| 昼 | 御飯 鮭の明太ポテト焼き レタスと海老サラダ 味噌汁(大根、キャベツ) オレンジ <small>切り干し大根の炒め煮</small> | ゆかり御飯 月見うどん ほうれん草の白和え いちごプリン 香の物 | 五目散らし寿司 春菊とあさりのお浸し 赤だし汁 りんご じゃがいもとそばろ煮 | 御飯 鯖の煮付け みょうがの酢の物 味噌汁(大根、しめじ) バナナ <small>ピーマンとソーセージソテー</small> | チキンライス 大豆とひじきのさっぱり和え 中華スープ コーヒークラッシュゼリー エビフライ | 御飯 ささみの紅生姜入り天ぷら もやしナムル すまし汁(つみれ、青梗菜) マンゴー缶 胡麻豆腐 |
| | おやつ おやつ:ココアの実 | おやつ:シュークリーム | おやつ:吹雪饅頭 | おやつ:どら焼き | おやつ:フルーツクレープ | おやつ:梅ようかん |
| カロリー | 650 ^キ _〇 加 | 708 ^キ _〇 加 | 589 ^キ _〇 加 | 744 ^キ _〇 加 | 680 ^キ _〇 加 | 656 ^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、日中は暑くなりましたが、みなさん、体調はいかがでしょう？
暑さで食欲が低下ぎみになっている方はいませんか？みなさんと一緒に食事をして、リハビリをして、笑って、夏バテを予防しましょう♪

