



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27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日
昼	わかめご飯 塩焼きそば <small>冬瓜とあさりの中華スープ</small> いちごゼリー <small>ほうれん草の胡麻和え</small>	御飯 <small>鶏肉と夏野菜の黒酢</small> マカロニサラダ 清汁：ほうれん草 黄桃缶 がんもの卸し煮	御飯 鮭の塩焼き 疲労回復サラダ 味噌汁：ごぼう白菜 パイン缶 キャベツとベーコン	御飯 魚フライ～タルタル カリフラワーのからし和え 味噌汁：大根蓮根 オレンジ ゴーヤチャンプル	ビビンバ丼 めかぶの酢の物 春雨の中華スープ 杏仁豆腐 白菜の浅漬け風	御飯 豚ニラの生姜炒め 小松菜のお浸し 清し汁（豆腐、えのき） すいかゼリー 切り干し大根炒め煮
	おやつ おやつ：エクレア カロリー 740 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：スィーツ おやつ：スィーツ カロリー 603 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：蕎麦饅頭 おやつ：蕎麦饅頭 カロリー 628 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	手作りおやつ：ココア蒸しパン おやつ：ココア蒸しパン カロリー 735 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：水饅頭ゆず おやつ：水饅頭ゆず カロリー 614 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：たいやき おやつ：たいやき カロリー 653 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加
	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日
昼	御飯 たらこのウニ味噌焼き りんごと大根のサラダ 清し汁：白菜・かまぼこ 漬物 きんぴらごぼう	チキンカレー 盛り合わせサラダ らっきょう 鉄・亜鉛強化プリン シューマイ	御飯 チキン南蛮 <small>春菊とあさりの海苔和え</small> 味噌汁：里芋・ワカメ デラウェア オニオンソテー	そばろ御飯1/2 冷やしトコロ蕎麦 エビの天ぷら 水ようかん 香の物	御飯 豚肉のスタミナ焼き 胡瓜と生姜の酢の物 中華スープ りんご ひじき煮	梅ひじき御飯 鮭のにんにく漬け焼き 南瓜煮 味噌汁：蓮根・小松菜 キウイ 冷や奴
	おやつ おやつ：すいかロール カロリー 590 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：ようかん おやつ：ようかん カロリー 759 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：チョコレート饅頭 おやつ：チョコレート饅頭 カロリー 720 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：今川焼きカスタード おやつ：今川焼きカスタード カロリー 600 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：フルーツクレープ おやつ：フルーツクレープ カロリー 645 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	おやつ：エクレア おやつ：エクレア カロリー 572 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加

献立は変更になることがございます。ご了承ください。



いよいよ8月ですね。  
さて、みなさんにお知らせです。コロナウイルスの影響で、今年は残念ながら夏祭りも中止となりました…。  
その分、行事食のビアガーデン御膳を楽しんで頂けたら嬉しいです♪

