

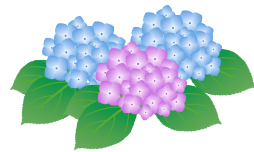


旬の食材:青じそは、免疫を増強する働きをもつβカロテンを豊富に含みます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土	
	6月14日	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	
昼	ご飯 チキンレモン 菜の花の和え物 コンソメスープ 苺ゼリー (クラッシュ) かりんとうソーゼージソテー	ご飯 タラの梅マヨ焼き 生姜の酢の物 清汁 (豆腐・白菜) バナナ ミートボール	豆ご飯 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 冬瓜のかにあんかけ	ご飯 豚肉野菜炒め 春菊のくるみ和え コンソメスープ フルーツポンチ 冷奴	ご飯 あじの南蛮漬け 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 切干大根炒め煮	ご飯 お好み焼き風オムレツ 玉葱とリンゴサラダ 清汁 (大根・ワカメ) びわ缶 ひじき煮	
	おやつ	酒饅頭	エクレア	チョコ饅頭	水饅頭	もみじ饅頭	練り切り青楓
	カロリー	638 ^キ 加	621 ^キ 加	674 ^キ 加	675 ^キ 加	623 ^キ 加	655 ^キ 加
		6月21日	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日
	昼	ご飯 鱈の塩焼き カリフラワーの甘酢和え 清汁 (しろ菜・玉葱) 黄桃缶 里芋の煮物	ゆかりご飯 月見うどん ほうれん草の白和え 苺プリン 香の物	五目散し寿司 みょうがの酢の物 赤だし汁 りんご じゃが芋とそぼろ煮	ご飯 鯖の煮付け 春菊とあさりのお浸し 味噌汁 (大根、しめじ) バナナ ピーマンとソーゼージソテー	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 海老フライ	ご飯 ささみの紅生姜入り天ぷら もやしのナムル 清汁 (つみれ、畑菜) マンゴ缶 ごま豆腐
おやつ		抹茶どらやき	ショコラロールケーキ	吹雪饅頭	てるてる坊主のどらやき	ココアワッフル	梅羊羹
カロリー		571 ^キ 加	585 ^キ 加	629 ^キ 加	711 ^キ 加	662 ^キ 加	633 ^キ 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



日中、暑い日が続いていますね。食欲が落ちたり、夏バテをされている方はいませんか？
今月も、献立に散らし寿司や麺、味付きご飯があります！
デイケアで、リハビリと食事をして、夏バテを予防していきましょう♪

