



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11日	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	
昼	ご飯 赤魚の揚げ卸煮 めかぶ和え 清汁 (大根・しろな) パイン缶 キャベツとりんごのサラダ	梅しらすご飯 つくねの和風あんかけ 中華ナムル 清汁 (冬瓜・小松菜) すいか 里芋ののりまぶし	ご飯 鶏肉のがーリック焼き ホオカラダ 味噌汁 (じゃが芋・しろな) オレンジ 糸こんにゃくのピリ辛炒り	ご飯 豚しゃぶのゴマダレかけ 春菊のしらす和え わかめスープ バナナ 冬瓜の蟹あんかけ	ご飯 ココモコ もやしのごま和え ワンタン中華スープ すいかゼリー ブロッコリーのタルタルサラダ	ご飯 鮭の塩焼き 胡瓜と長芋のポン酢和え 味噌汁 (じゃが芋、白菜) 洋梨缶 高野豆腐煮	
	おやつ	プチケーキ	どら焼き・こしあん	おはぎ	マンゴーロールケーキ	チョコレート饅頭	いちごアイス
	カロリー	593キロカロリー	620キロカロリー	631キロカロリー	631キロカロリー	686キロカロリー	636キロカロリー
		7月18日	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日
	昼	鶏ごぼうご飯 煮物盛合せ 白菜の昆布和え 味噌汁 (玉葱・小松菜) りんご 焼き茄子	ご飯 カレーのチーズパン粉焼き もやしのだし 清汁 (ほうれん草・おつゆ麩) バナナ ミートボール	ご飯 鱈の漬け焼き 疲労回復サラダ 清汁 (春菊・かまぼこ) パイン缶 キャベツとベーコンソテー	十五穀米 ハーブチキン 彩りポテサラ 味噌汁 (大根・しろな) キウイ 金平れんこん	ご飯 鮭の外焼 菜の花しらす和え コンソメスープ オレンジ コンソメとピーマンソテー	鰻のたまごとじ丼 ブロッコリーサラダ 清汁 (大根・白菜) 黄桃缶 香の物
おやつ		今川焼きカスタード	和スイーツ	上用饅頭	かえでの実	黒糖饅頭	レアチーズケーキ
カロリー		586キロカロリー	651キロカロリー	586キロカロリー	654キロカロリー	601キロカロリー	585キロカロリー

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、体調はいかがですか？
今月の行事食は、七夕御膳と土用の丑の日御膳です☆
ご利用日の方は、ぜひお越しください♪

