



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24日	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	
昼	わかめご飯 塩焼きそば 冬瓜とあさりの中華スープ イチゴゼリー ほうれん草胡麻和え	ご飯 鶏肉と夏野菜の黒酢炒め マカロニサラダ 清汁（ほうれん草） 洋梨缶 がんも卸し煮	ご飯 キャベツメンチカツ 菜の花わさび和え 清汁（筍・玉ねぎ） りんご 卵豆腐	ご飯 鮭のタルタル焼き カリフラワーのからし和え 根菜味噌汁（大根・蓮根） バナナ ゴーヤチャンプル	うな重 ブロッコリーのかか和え 清汁（大根・白菜） 白桃ゼリー 胡麻豆腐	ご飯 豚ニラの生姜炒め 小松菜のお浸し 清汁（豆腐・えのき） スイカ 切り干し大根煮	
	おやつ	蕎麦饅頭	ショコラロールケーキ	練り切り・松	豆乳ドーナツ	レアチーズ	タイ焼き
	カロリー	646 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	597 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	627 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	673 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	619 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	625 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架
		7月31日	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日
昼	ご飯 鱈の梅マヨ焼き 大根なます 清汁（白菜・かまぼこ） パイン缶 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	ご飯 ホキのタルタル南蛮 春菊とあさりの海苔和え 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	そばろご飯 冷やしとろろ蕎麦 エビの天ぷら マンゴー缶 香の物	ご飯 豚肉のスタミナ焼き いんげんの酢味噌和え 中華スープ りんご ひじき煮	ご飯 鮭のソク漬け焼き 南瓜煮 味噌汁（蓮根・小松菜） キウイ 冷奴	
	おやつ	スイカロールケーキ	黒糖蒸しパン	チョコレート饅頭	ずんだどら焼き	味噌饅頭	カステラ
	カロリー	554 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	751 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	716 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	537 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	629 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架	592 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 架

献立は変更になることがございます。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、体調はいかがでしょう？  
今月の行事食は、七夕御膳でした☆スペシャルおやつは、レディーボーデンでした！  
今週も、おやつはアイスの日があります♪



