

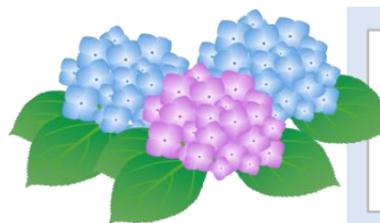


旬の食材:青じそは、免疫を増強する働きをもつβカロテンを豊富に含みます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日	6月1日
昼	加ゆム強化)桜海老御飯 鯖の塩焼き ひじきの酢和え 清汁(大根・小松菜) 洋梨 里芋の煮っころがし	御飯 チキンソテー(レモンマヨソース) ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁(里芋・しろな) りんごフルーチェ こうや豆腐煮	御飯 ほっけの酒蒸し銀あんかけ 揚げ茄子の柚子浸し 味噌汁(はんぺん・畑菜) パイン缶 南瓜のそぼろ煮	御飯 鮭のオーロラソース レタスサラダ わかめスープ キウイフルーツ がんもの卸し煮	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 酢の物 味噌汁(じゃが芋・白菜) たんぱくムースイチゴ 焼きビーフン	御飯 あじの香味焼き 春雨バンバンジーサラダ 清汁(しろ菜・はんぺん) 白桃缶 なすのポン酢和え
おやつ	豆乳ドーナツ	手作おやつ(さつま芋蒸しぱん)	ドームケーキチョコ	蕎麦饅頭	抹茶ロールケーキ	かすてら饅頭
カロリー	587 ^キ _〇 加	620 ^キ _〇 加	683 ^キ _〇 加	705 ^キ _〇 加	743 ^キ _〇 加	565 ^キ _〇 加
	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日
昼	御飯 金目鯛の卸煮 スパゲティサラダ 味噌汁(畑菜・玉ねぎ) 洋梨缶 糸こんにゃくのピリ辛炒り	水無月善:巻き寿司 天ぷら盛り なます つみれ汁 あじさいゼリー うぐいす豆	御飯 ビーフシチュー 盛り合わせサラダ フルーツポンチ ホタテフライ	御飯 鶏ミンチタルタルポテト焼き カリフラワーの和え物 清汁(豆腐・白菜) りんご やわらかきんぴら	ミニチャーハン 野菜たっぷり味噌ラーメン 海草サラダ ぶどうゼリー 豆腐シューマイ	
おやつ	スイートポテト	水饅頭ゆず	梅ようかん	レアチーズ	練りきり水紋	
カロリー	618 ^キ _〇 加	642 ^キ _〇 加	770 ^キ _〇 加	624 ^キ _〇 加	661 ^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。



梅雨の時期となりました。朝と夕は涼しく、昼は暑いため体がだるい...という方もいらっしゃると思います。今月も、行事食や麺類などのメニューを取り入れています。休養、食事、運動で体調管理をしていきましょう！

