

# デイサービス予定献立表

## 7月分



# 七夕



1(土)				
<b>赤飯</b>				
黒ムツの葱味噌焼き 大根の白煮 オクラのお浸し パイン缶 澄まし汁				
480	19.0	9.3	3.0	
どら焼き				
106	2.1	0.4	0.1	

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
屋食	ごはん <b>プリの生姜醤油焼き</b> 南瓜の含め煮 小松菜の煮浸し マンゴー缶 味噌汁	ごはん <b>豚挽肉卵とじ</b> 蓮根の金平 キャベツのツナ和え みかん缶 味噌汁	ごはん <b>白身魚の揚げ煮</b> ポテトサラダ 白菜のおかか和え バナナ 味噌汁	<b>キーマカレー</b> ブロッコリーサラダ 香の物 フルーツヨーグルトかけ コンソメスープ	<b>七夕そうめん</b> 鶏肉と牛蒡の煮物 ほうれん草わさび和え お星様ゼリー おにぎり	ごはん <b>豚肉の生姜焼き</b> 切干し大根の煮付け 青梗菜なめ茸和え オレンジ 味噌汁
	564   23.5   14.1   2.2	529   19.7   13.3   2.6	486   13.9   11.3   2.7	565   17.1   16.8   3.1	493   21.2   5.5   6.1	458   19.8   7.3   2.4
おやつ	フルーチェ	黒糖ふかし	苺クリームサンド	あんみつ	あん巻き	パウンドケーキ
	52   1.2   1.3   0.1	102   2.2   0.3   0.4	121   1.7   4.8   0.1	62   2.3   0.9   0.0	128   2.8   1.2   0.1	122   1.7   5.9   0.2
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
屋食	ごはん <b>鶏肉のトマトソース</b> ジャーマンポテト ほうれん草の胡麻和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん <b>ホッケの梅風味焼き</b> がんもの煮つけ 白菜かに風味和え マンゴー缶 味噌汁	<b>牛丼</b> さつま芋のレモン煮 いんげんのお浸し スイカ 味噌汁	ごはん <b>鮭の西京漬け焼き</b> 大根の友禅流し ブロッコリー生姜和え みかん缶 けんちん汁	<b>ちらし寿司</b> 揚げだし豆腐 春菊のお浸し ゼリー そうめん汁	<b>プリの照焼き</b> 里芋のそぼろあんかけ オクラのしそ和え バナナ 味噌汁
	515   23.6   9.9   2.0	463   22.4   8.8   2.6	584   13.3   17.7   2.3	425   21.1   5.3   2.8	483   14.6   9.5   3.5	578   25.1   15.5   2.4
おやつ	お好み焼き	原宿ドック	ようかん	ケーキドーナツ	ロールケーキ	黒糖寒天
	61   2.7   1.7   0.5	109   2.6   5.0   0.1	74   3.9   0.2   0.0	133   1.9   8.1   0.2	101   1.2   5.6   0.1	115   0.5   4.1   0.0
	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
屋食	<b>冷やし中華</b> 蒸し春巻き ほうれん草ナムル風 杏仁豆腐 コーンおにぎり	<b>夏野菜カレー</b> スパゲティーサラダ 香の物 フルーツポンチ コンソメスープ	ごはん <b>メンチカツ/クリームコロッケ</b> 大根の湯葉餡かけ 春菊のお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん <b>メバルの胡麻照焼き</b> 金平ゴボウ 菜の花の梅肉和え バナナ 味噌汁	ごはん <b>回鍋肉</b> 水餃子 オクラのドレッシング和え マンゴー缶 中華スープ	ごはん <b>タラの生姜焼き</b> 茄子の含め煮 もやしのゆかり和え オレンジ 味噌汁
	610   20.1   14.0   2.7	597   15.3   18.1   2.5	575   13.8   17.4   2.7	438   19.7   3.9   2.1	470   18.4   8.7   2.5	467   21.4   10.0   2.5
おやつ	コーヒークリームサンド	苺ババロア	じゃがバター	黒糖ふかし	プリン	ホットケーキ
	134   1.8   4.8   0.1	76   2.0   2.6   0.0	79   0.8   4.2   0.3	99   2.3   0.9   0.1	160   4.5   8.1   0.1	110   1.6   5.7   0.2
	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
屋食	ごはん <b>アジフライ</b> 蓮根マリネ 菜の花のわさび和え マンゴー缶 味噌汁	<b>うな玉丼</b> 冷奴 白菜のお浸し バナナ 澄まし汁	<b>とろろそば</b> もずく真丈のカニ餡かけ いんげんの胡麻和え ゼリー おにぎり	ごはん <b>鶏肉のレモンペッパー焼き</b> カリフラワーコンソメ煮 ほうれん草ピーナツ和え スイカ 味噌汁	<b>枝豆ごはん</b> 赤魚のみりん漬け焼き 筑前煮 オクラのおろしポン酢かけ プルーン紅茶煮 味噌汁	ごはん <b>麻婆豆腐</b> カニしゅうまい もやしの華風和え フルーツカクテル缶 中華スープ
	574   17.5   13.3   2.3	537   22.9   15.6   2.3	555   19.8   9.3   2.9	473   22.5   12.0   3.1	521   23.5   5.5   3.1	498   19.5   11.3   1.9
	ようかん	ロールケーキ	カステラ	コーヒゼリー	たいやき	フルーチェ
	91   3.9   0.2   0.4	113   1.4   5.3   0.1	96   1.9   1.4   0.0	83   0.2   4.2   0.0	114   2.6   1.0   0.2	56   1.2   1.3   0.1
	30(月)	※材料の仕入れの状況により、献立を変更することがありますので、予めご了承下さい				
屋食	<b>ハヤシライス</b> コールスローサラダ 香の物 フルーツポンチ コンソメスープ					
	468   14.0   10.6   2.6					
	フレンチトースト					
	127   3.7   4.5   0.3					

### 第14回 地域交流大室さくら苑納涼祭

開催日時 : 平成29年7月15日(土)

午後5時~7時

会場 : 大室さくら苑デイサービス屋内

皆様のお越しを、お待ちしております。