

7月 デイサービス献立表



		1(金)				2(土)																			
		赤飯 鯖の塩焼き 冬瓜の炊き合わせ オクラの和風和え フルーツカクテル缶 味噌汁				ごはん 鶏肉の葱塩焼き チンゲン菜の煮浸し キャベツのお浸し イチゴムース 味噌汁																			
		578	21.2	22.9	3.0	434	21.8	7.4	2.3																
		寒天黒蜜かけ				カステラ																			
		73	1.0	0.5	0.0	88	1.8	0.8	0.0																
		4(月)				5(火)				6(水)				7(木)				8(金)				9(土)			
昼食	みそカツ丼 冬瓜のかにあんかけ 菜の花のしそ和え 黄桃缶 すまし汁	ごはん ブリの煮つけ 厚焼き卵 カリフラワーのわさび和え オレンジ 味噌汁				ごはん 鶏肉のおろしかけ さつま芋の煮物 チンゲン菜のお浸し フルーツカクテル缶 味噌汁				七夕そうめん がんもの煮物 春菊のおかか和え ゆかりごはん				ごはん カニクリームコロッケ 大根とツナの煮物 ほうれん草の磯和え パイン缶 味噌汁				ポークカレー スパゲティーサラダ 香の物 マンゴー缶 コンソメスープ							
		480	14.1	6.4	2.8	535	26.4	18.1	2.4	534	19.8	10.6	2.3	464	17.7	9.0	2.9	528	12.8	14.6	2.1	549	15.0	16.3	3.0
おやつ	芋ようかん				イチゴスペシャル				チョコババロア				クレープ				スイスロール				プリン				
	99	0.5	0.1	0.0	106	1.5	4.2	0.1	90	2.3	3.3	0.0	76	1.2	3.9	0.0	107	1.7	4.3	0.2	115	4.6	4.7	0.1	
		11(月)				12(火)				13(水)				14(木)				15(金)				16(土)			
昼食	焼きそば 南瓜の煮物 チンゲン菜の中華和え 杏仁豆腐 中華スープ 中華茶飯	ごはん 親子丼 蓮根の煮しめ 菜の花のドレッシング和え フルーツカクテル缶 味噌汁				ごはん アジフライ 大根の錦糸あんかけ オクラの辛子和え みかん缶 味噌汁				ごはん 豚肉の生姜炒め 里芋の白だし ほうれん草の胡麻和え 白桃缶 味噌汁				ハヤシライス ポテトサラダ 香の物 いちごゼリー コンソメスープ				ごはん ホキのバジルオイル焼き 卵の花 白菜のポン酢和え バナナ 味噌汁							
		529	17.0	10.8	3.2	534	23.2	9.3	2.3	441	15.0	7.5	2.3	528	17.9	10.6	2.0	514	15.0	14.5	2.8	485	18.1	13.3	2.5
おやつ	バニラババロア				パイン寒天				コーヒーロール				抹茶ゼリー				ホットケーキサンド				ジャガバター				
	104	2.3	4.3	0.0	31	0.1	0.0	0.0	108	1.6	4.7	0.1	53	0.4	0.7	0.0	93	1.5	4.7	0.2	55	0.8	4.3	0.1	
		18(月)				19(火)				20(水)				21(木)				22(金)				23(土)			
昼食	海老ピラフ ホタテ風フライ コールスローサラダ フルーツカクテル缶 コンソメスープ	ごはん タラの中華あんかけ 茄子炒め ほうれん草のおかか和え バナナ 味噌汁				ごはん ハンバーグ ポトフ風 キャベツの錦糸和え メロンゼリー 味噌汁				ごはん 青菜ごはん 赤魚の照り焼き 五目煮豆 菜の花のしそ和え パイン缶 味噌汁				かけそば ひじきの煮物 いんげんの生姜和え ぶどうムース おかかごはん				ごはん 鶏のから揚げ 里芋の胡麻煮 カリフラワーの柚子和え 黄桃缶 味噌汁							
		506	14.1	14.9	2.1	464	21.0	10.0	2.0	555	19.4	14.7	2.5	447	23.3	5.9	2.8	474	23.3	10.4	3.3	533	20.0	15.2	1.9
おやつ	クレープ				あんみつ				バナナスペシャル				黒ゴマプリン				ロールちゃん				黒糖寒天				
	76	1.1	4.0	0.0	84	2.3	0.9	0.0	125	1.8	5.0	2.5	109	4.0	3.8	0.2	83	1.2	4.2	0.1	70	0.6	0.7	0.0	
		25(月)				26(火)				27(水)				28(木)				29(金)				30(土)			
昼食	ごはん 豚肉のおろしソース 高野豆腐の煮物 白菜のお浸し 桃ゼリー 味噌汁	チキンカレー マカロニサラダ 香の物 フルーツカクテル缶 コンソメスープ				ごはん 鱈の西京漬け焼き 茄子のおかか煮 チンゲン菜のさっぱり和え バナナ けんちん汁				ごはん メンチカツ 大根の煮物 もやしの和風和え みかん缶 味噌汁				冷やし中華 大学芋風 マンゴープリン わかめごはん				ごはん 赤魚の香味青じそ焼き 塩麴金平 菜の花の胡麻和え パイン缶 味噌汁							
		500	18.3	12.3	2.6	544	16.4	15.1	3.0	539	21.0	16.5	2.4	538	15.7	12.9	2.6	449	14.7	7.4	2.0	481	17.1	12.3	2.9
おやつ	ロールちゃん				抹茶ババロア				ようかん				シフォンケーキ				コーヒーサンドモカ				イチゴプリン				
	85	1.2	4.6	0.1	85	2.1	1.2	0.0	78	3.9	0.2	0.0	79	1.9	2.2	0.1	130	1.7	5.7	0.1	83	2.7	2.6	0.1	

※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

