

予 定 献 立 表

たきのう せいかつかいご
あすなろ（多機能・生活介護）

昼食			が 7月1日(火) せきはん 赤飯 とり や 鶏のもろみ焼き こうや豆腐 たまご 高野豆腐の玉子とし あお 青じそサラダ みる みそ汁 ヨーグルト	が 7月2日(水) にく 肉うどん キャベツの柚子風味炒め きゅうり すのもの 胡瓜の酢の物 も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月3日(木) さけち ず し 鮭散らし寿司 あ な す にも 揚げ茄子の煮物 な はな からしあ 菜の花の辛子和え あか 赤だし にゅうさんきんいんりょう 乳酸菌飲料	が 7月4日(金) や 焼きうどん とうがん にびた 冬瓜の煮浸し きく な ご ま あ 菊菜の胡麻和え みる みそ汁 フルーチェ	が 7月5日(土) ごはん はっぱうさい 八宝菜 む 蒸しきょうざ はるさめ ちゅうかあ 春雨の中華和え ちゅうか 中華スープ ゼリー
			704Kcal	556Kcal	558Kcal	502Kcal	669Kcal
カロリー							
昼食	が 7月6日(日) ごはん さば しおこうじや 鯖の塩麹焼き な す ふく に 茄子の含め煮 スナックエンドウのマヨ和え みる みそ汁 ヨーグルト	が 7月7日(月) ぎょうじしよく たなばた 行事食★七夕★ そうめん ほし 星のコロッケ とうがん ひ 冬瓜の冷やしあんかけ ほし 星のフルーツポンチ フルーツ	が 7月8日(火) ごはん やさしいた 野菜炒め はくさい あ 白菜のゆかり和え みる みそ汁 も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月9日(水) きつねうどん ミートコロッケ きゅうり すのもの 胡瓜の酢の物 も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月10日(木) ハヤシライス フラワーサラダ ふくじんづ 福神漬け もも 桃のヨーグルト フルーツ	が 7月11日(金) ごはん ぶた や 豚のみそ焼き な はな しゅうゆあ 菜の花のわさび醤油和え みる すまし汁 も あ フルーツ盛り合わせ ※多機能は実演食になります。	が 7月12日(土) ごはん アジフライ あまからいた レンコンの甘辛炒め さい あ チンゲン菜のカニ和え みる すまし汁 ね 練りようかん
	690Kcal	403Kcal	548Kcal	544Kcal	682Kcal	588Kcal	714Kcal
カロリー							
昼食	が 7月13日(日) ごはん さば に つ 鯖の煮付け こまつな にびた 小松菜の煮浸し だいこん あまずあ 大根の甘酢和え みる すまし汁 にゅうさんきんいんりょう 乳酸菌飲料	が 7月14日(月) ごはん とり やさい や とりふう 鶏と野菜の焼き鳥風 かぼちゃ にも 南瓜の煮物 チンゲン菜のおかか和え も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月15日(火) みそ煮込み風うどん かぶらのそぼろあんかけ はくさい ひた 白菜のお浸し も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月16日(水) ごはん ビーフシチュー コンソメ炒め マカロニサラダ ゼリー フルーツ	が 7月17日(木) ひ 冷やしとろろうどん な す にびた 茄子の煮浸し ひややっこ 冷奴 も あ フルーツ盛り合わせ ※多機能は実演食になります。	が 7月18日(金) ぎょうじしよく 土曜日の 行事食へ土曜日の うなぎ散らし た あ 炊き合わせ わかめと胡瓜の梅和え みる ミニ冷やしそうめん プリン	が 7月19日(土) ごはん しお ネギ塩チキン な はな にびた 菜の花の煮浸し はるさめ 春雨サラダ ちゅうか 中華スープ ゼリー
	536Kcal	677Kcal	570Kcal	749Kcal	479Kcal	620Kcal	690Kcal
カロリー							
昼食	が 7月20日(日) ごはん ポークピカタ えだまめ にも 枝豆がんもの煮物 はくさい ゆ ず あ 白菜の柚子和え みる みそ汁 フルーチェ	が 7月21日(月) ごはん たま かに玉 やさしいた 野菜炒め みる みそ汁 も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月22日(火) ぎょうじしよく うみ ひ 行事食🌊海の日🌊 ゴロゴロ夏野菜カレー フィッシュ&チップス ふくじんづ 福神漬け も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月23日(水) ひ しおこうじぶた うめ 冷やし塩麹豚と梅うどん に ひじき煮 あ もの もやしの和え物 も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月24日(木) ごはん ほいこうろう 回鍋肉 はるま 春巻き チンゲン菜のナムル はるさめ 春雨スープ ゼリー	が 7月25日(金) わふう 和風たらこスパゲティ やさしいた 野菜炒め あお 青じそサラダ みる みそ汁 ヨーグルト	が 7月26日(土) ごはん ぶた いた 豚のスタミナ炒め さつまいものレモン煮 まめ 豆サラダ コンソメスープ にゅうさんきんいんりょう 乳酸菌飲料
	708Kcal	635Kcal	675Kcal	563Kcal	669Kcal	571Kcal	743Kcal
カロリー							
昼食	が 7月27日(日) ごはん あかう 赤魚のもろみ焼き かぶらのあんかけ はくさい ゆ ず あ 白菜の柚子和え みる みそ汁 まっちゃ 抹茶ようかん	が 7月28日(月) とうにゅうたんたん 豆乳坦々うどん だし ま たまご 出し巻き玉子 キャベツのしば漬け和え ゼリー フルーツ	が 7月29日(火) ごはん とり 鶏のマーマレード焼き なつやさい 夏野菜サラダ オニオンスープ も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月30日(水) とうちしよく さが けん ご当地食～佐賀県～ シシリアンライス カレーコロッケ コンソメスープ も あ フルーツ盛り合わせ	が 7月31日(木) ひ 冷やしみぞれうどん がんもの煮物 はくさい あ もの 白菜の和え物 も あ フルーツ盛り合わせ		
	553Kcal	616Kcal	638Kcal	737Kcal	484Kcal		
カロリー							

こんだて ばっちゅう かんけいじょう へんこう ば あい りょうしょう
* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください