

予定献立表

高齢デイサービス

		7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)		
昼食		赤飯 千草玉子 胡瓜の酢の物 みそ汁 フルーツ	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 茄子の煮物 菜の花の辛子和え みそ汁	焼きそば 冬瓜の煮浸し 菊菜の胡麻和え みそ汁	ご飯 八宝菜 春雨の中華和え 中華スープ フルーツ		
		問食 わらび餅風ゼリー	問食 ホイップワッフル	問食 牛乳きなこプリン	問食 マスカットゼリー		
カロリー		547kcal	653kcal	624kcal	490kcal		
		7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)
昼食		ご飯 豚肉と野菜の炒め物 白菜のゆかり和え みそ汁 フルーツ	行事食★七夕★ 七夕散らし寿司 星のコロッケ 冬瓜の冷やしあんかけ 赤だし	ご飯 鶏肉のみそ焼き がんもの煮物 フラワーサラダ すまし汁	きつねうどん 高野豆腐の玉子とじ 胡瓜の酢の物 フルーツ	ご飯 白身魚のチーズマヨ焼き 菜の花のわさび醤油和え すまし汁 フルーツ	ご飯 豚肉のみそ漬け焼き れんこんの甘辛炒め チンゲン菜のかに和え すまし汁
		問食 マーブル蒸しパン	問食 星のフルーツポンチ	問食 サイダーゼリー	問食 酒まんじゅう	問食 オレンジパンナコッタ	問食 いちごパウンドケーキ
カロリー		526kcal	534kcal	637kcal	600kcal	503kcal	754kcal
		7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)
昼食		みそ煮込み風うどん かぶらのそぼろあんかけ 白菜のお浸し フルーツ	ご飯 鶏と野菜の焼き鳥風炒め 南瓜の煮物 チンゲン菜のおかか和え かきたま汁	温玉とろろそば 茄子の煮浸し 冷奴 フルーツ	ご飯 白身魚の明太マヨ焼き 野菜炒め サウザンサラダ コンソメスープ	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 福神漬け フルーツ	ご飯 ねぎ塩チキン 菜の花の煮浸し 春雨サラダ 中華スープ
		問食 メロンソーダ風ゼリー	問食 スイートポテト	問食 ホットケーキ	問食 ベビーシュークリーム	問食 プリン	問食 パウンドケーキ
カロリー		594kcal	613kcal	671kcal	561kcal	666kcal	710kcal
		7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)
昼食		ご飯 かに玉 野菜炒め みそ汁 フルーツ	塩麴豚と梅うどん ひじき煮 もやしの和え物 フルーツ	ご飯 回鍋肉 春巻 チンゲン菜のナムル 春雨スープ	和風たらこスパゲティ 野菜と竹輪の炒め物 青じそサラダ みそ汁	行事食～土用の丑の日～ うなぎ散らし寿司 炊き合わせ わかめと大根の梅和え すまし汁	ご飯 タンドリーチキン アラビアータ 豆サラダ コンソメスープ
		問食 大学芋風	問食 いちご蒸しパン	問食 小麦まんじゅう	問食 牛乳プリン	問食 うさぎまんじゅう	問食 ババロア
カロリー		623kcal	569kcal	618kcal	558kcal	601kcal	651kcal
		7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)	
昼食		醤油ラーメン 山芋と海鮮のトロッと焼き うまい菜の辛子和え ゼリー	カレーライス シーザーサラダ 福神漬け いちごヨーグルト	ご当地食～京都府～ ちりめん山椒ご飯 鯖の西京焼き 湯豆腐 大根のしば漬け和え 湯葉の吸い物	ご飯 海老チリ チャプチェ ほうれん草のナムル 玉子スープ	みぞれうどん がんもの煮物 からし菜の酢味噌和え フルーツ	
		問食 ドームケーキ	問食 豆乳まんじゅう	問食 黒糖わらび餅風ゼリー	問食 黒糖まんじゅう	問食 スイートパンプキン	
カロリー		572kcal	646kcal	529kcal	648kcal	591kcal	

* 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