

〇〇 7 月 献立表 〇〇

豊五デイスービス

	1 ( 月 )	2 ( 火 )	3 ( 水 )	4 ( 木 )	5 ( 金 )	6 ( 土 )
昼食	ごはん 味噌汁 豚肉の塩麴炒め 金平ごぼう 青梗菜のマヨ和え みかん缶 E kcal 525 2.9 塩分	A たらピカタ B たらタルタルソースかけ ごはん コンソメスープ 南瓜甘煮 ブロッコリーサラダ パイン缶 選択A 417 2.3 選択B 454 2.2	ごはん 味噌汁 (リクエストメニュー)鶏のバター醤油焼き 野菜炒め 大根のしそ風味和え 黄桃缶 E kcal 433 3 塩分	ごはん 中華スープ かに玉風 さつま芋のレモン煮 青梗菜のナムル カクテル缶 E kcal 438 2.6 塩分	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜炒め 小松菜の煮浸し 卵豆腐 みかん缶 E kcal 472 3.6 塩分	彩りそうめん はんぺんの磯辺揚げ 青梗菜のゴマ酢和え パイン缶 E kcal 416 3.3 塩分
3時	プチドック・紅茶 E kcal 1 0.1 塩分	たいやき・ほうじ茶 E kcal 106 0 塩分	ロールケーキ・紅茶 E kcal 113 0 塩分	フルーチェ・紅茶 E kcal 56 0.2 塩分	くずまんじゅう・ほうじ茶 E kcal 48 0 塩分	七夕ゼリー・紅茶 E kcal 50 0 塩分
	8 ( 月 )	9 ( 火 )	10 ( 水 )	11 ( 木 )	12 ( 金 )	13 ( 土 )
昼食	ごはん 中華スープ 五目豆腐 キャベツの炒め物 春雨サラダ みかん缶 E kcal 477 3.3 塩分	ごはん 味噌汁 さばの生姜焼き 切干大根の煮物 インゲンのドレッシング和え パイン缶 E kcal 443 3.2 塩分	A ますの青しそソースかけ B ますの塩焼ききこの添え ごはん 味噌汁 カリフラワーのコンソメ煮 小松菜の胡麻和え カクテル缶 選択A 434 5.6 選択B 417 4.7	(リクエストメニュー)カレーライス コンソメスープ ミモザサラダ 福神漬け 黄桃缶 E kcal 513 3.5 塩分	ごはん 味噌汁 (リクエストメニュー)かき揚げ 南瓜のそぼろあんかけ ほうれん草のお浸し パイン缶 E kcal 440 3.2 塩分	ごはん すまし汁 鶏肉の味噌漬け焼き ひじき煮 和風サラダ みかん缶 E kcal 401 3.2 塩分
3時	手作り水ようかん・ほうじ茶 E kcal 塩分	黒糖まんじゅう・ほうじ茶 E kcal 塩分	パンケーキ・紅茶 E kcal 87 0.2 塩分	プリン・紅茶 E kcal 89 0 塩分	ショコラケーキ・紅茶 E kcal 107 0.3 塩分	クリームパン・紅茶 E kcal 131 0.1 塩分
	15 ( 月 )	16 ( 火 )	17 ( 水 )	18 ( 木 )	19 ( 金 )	20 ( 土 )
昼食	ごはん 味噌汁 たららのレモン醤油蒸し じゃが芋の炒め物 (山形県郷土料理)だし パイン缶 E kcal 436 3.2 塩分	わかめご飯 味噌汁 鶏肉の治部煮 青梗菜のソテー 卵豆腐 黄桃缶 E kcal 449 4 塩分	ごはん すまし汁 (リクエストメニュー)白身フライとコロケ 切干大根の煮物 オクラの酢味噌和え みかん缶 E kcal 412 3.2 塩分	ごはん 中華スープ 豚肉の焼肉だれ炒め さつま芋の甘煮 もやしの中華和え カクテル缶 E kcal 514 2.7 塩分	A 和風ハンバーグ B ハンバーグデミグラスソース ごはん 玉子スープ 野菜炒め カリフラワーのサラダ みかん缶 選択A 462 3.9 選択B 484 3.6	ごはん 味噌汁 さわらの柚子庵焼き 冬瓜のくず煮 ほうれん草の磯和え 黄桃缶 E kcal 427 3.2 塩分
3時	たいやき・ほうじ茶 E kcal 132 0 塩分	パンケーキ・紅茶 E kcal 87 0.2 塩分	吹雪まんじゅう・ほうじ茶 E kcal 70 0 塩分	パンケーキ・紅茶 E kcal 87 0.2 塩分	フルーチェ・紅茶 E kcal 56 0.2 塩分	ロールケーキ・紅茶 E kcal 113 0 塩分
	22 ( 月 )	23 ( 火 )	24 ( 水 )	25 ( 木 )	26 ( 金 )	27 ( 土 )
昼食	焼きそば 味噌汁 ソーセージ 花野菜サラダ ぶどうゼリー E kcal 538 4.9 塩分	焼きそば 味噌汁 ソーセージ 花野菜サラダ ぶどうゼリー E kcal 538 4.9 塩分	ピビンバ丼 味噌汁 レンコンの金平 青梗菜の辛子マヨ和え みかん缶 E kcal 456 3.2 塩分	A 鶏肉の唐揚げ葱ソースかけ B 鶏肉唐揚げおろしソースかけ ごはん 味噌汁小松菜の煮浸し 大根のしそ和え 黄桃缶 選択A 456 3.2 選択B 409 3.4	ごはん すまし汁 (リクエストメニュー)かれいの煮付け なすとピーマンの味噌炒め 白菜の梅肉和え パイン缶 E kcal 塩分	ごはん 味噌汁 豚肉カレー風味炒め じゃが芋の含め煮 ブロッコリーのドレッシング和え カクテル缶 E kcal 塩分
3時	アイスクリーム E kcal 88 0 塩分	アイスクリーム E kcal 88 0 塩分	ゼリー・紅茶 E kcal 73 0 塩分	プチドック・紅茶 E kcal 100 1 塩分	たいやき・ほうじ茶 E kcal 塩分	パンケーキ・紅茶 E kcal 塩分
	29 ( 月 )	30 ( 火 )	31 ( 水 )	7月		
昼食	ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き 里芋の煮物 キャベツの甘酢和え 黄桃缶 E kcal 417 3.8 塩分	A たらムニエル B たらハーブグリル ごはん コンソメスープ ほうれん草とコーンのソテー ごぼうサラダ みかん缶 選択A 420 2.9 選択B 389 2.7	ごはん コンソメスープ ロールキャベツ ジャーマンポテト ブロッコリーのサラダ パイン缶 E kcal 473 2.5 塩分			
3時	手作り水ようかん・ほうじ茶 E kcal 70 0.1 塩分	ショコラケーキ・紅茶 E kcal 107 0.3 塩分	ロールケーキ・紅茶 E kcal 113 0 塩分			

七夕

織り姫と彦星の逢瀬の日として知られる七夕。1年に1度だけ、天の川を渡ることが許される2つの星にあやかり、恋愛成就の願いを込めた短冊を笹に吊るして折りを捧げる「星まつり」が、現在でも全国各地で華やかに行われています。また、機織りや芸能事上手な織り姫にならって、お裁縫や琴弾きの上達を願う日としても知られています。

そうめん

七夕のごちそうとして知られるそうめん。昔の人は、織り姫と縁の深い「糸」に見立てて、細いそうめんを飾っていたそうです。七夕の意匠とされる緑豊かな笹の葉や梶の葉、星形に切った野菜類などを添えて、彩り豊かに旬の素材を盛り付けます。



\* 都合により献立を変更することがあります。