


〇〇 7 月 献立表 〇〇

豊玉デイサービス

	1 (水)		2 (木)		3 (金)		4 (土)	
昼食			ごはん 味噌汁 鶏肉とがんもの炊き合わせ ほうれん草とキノコのソテー とろろ芋 黄桃缶 Ical* - 塩分 512 3.6	A さわらの味噌マヨ焼き B さわらの胡麻味噌焼き ごはん すまし汁 切昆布の煮物 白菜のゆかり和え みかん缶 選択A 455 3.2 選択B 440 3.4	(リクエストメニュー)味噌野菜ラーメン ギョーザ かぼちゃのサラダ カクテル缶 Ical* - 塩分 508 3.5	菜飯 味噌汁 たらの野菜あんかけ 里芋のおかか煮 ブロッコリーサラダ カクテル缶 Ical* - 塩分 456 4		
3時		フルーチェ・紅茶 Ical* - 塩分 56	ロールケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 113 0	ゼリー・紅茶 Ical* - 塩分 73 0	たいやき・ほうじ茶 Ical* - 塩分 106 0			
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)		
昼食	ごはん 味噌汁 豚肉の塩麹炒め 金平ごぼう 青梗菜のマヨ和え みかん缶 Ical* - 塩分 543 2.9	彩りそうめん はんぺんの磯辺揚げ 小松菜のゆず風味和え パイン缶 Ical* - 塩分 471 3.3	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 Ical* - 塩分 461 3	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 Ical* - 塩分 443 2.6	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜炒め 《宮城郷土料理》里芋ずんだ和え 卵豆腐 みかん缶 Ical* - 塩分 529 3.2	ごはん コンソメスープ たらのピカタ 南瓜甘煮 ブロッコリーサラダ パイン缶 Ical* - 塩分 422 2.3		
3時	プチドック・紅茶 Ical* - 塩分 100 0.1	七夕ゼリー・紅茶 Ical* - 塩分 50 0	ロールケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 113 0	フルーチェ・紅茶 Ical* - 塩分 56 0.2	パンケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 73 0.2	たいやき・ほうじ茶 Ical* - 塩分 106 0		
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (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 Ical* - 塩分 495 3.3	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 Ical* - 塩分 461 3.2	ごはん 味噌汁 ますの青しそソースかけ 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 Ical* - 塩分 462 5.6	(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 Ical* - 塩分 531 3.5	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 Ical* - 塩分 489 3.9	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 Ical* - 塩分 427 3.2		
3時	手作り水ようかん・ほうじ茶 Ical* - 塩分 70 0.1	黒糖まんじゅう・ほうじ茶 Ical* - 塩分 70 0.1	パンケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 87 0.2	プリン・紅茶 Ical* - 塩分 89 0	ショコラブチケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 56 0.2	クリームパン・紅茶 Ical* - 塩分 113 0		
	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (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 Ical* - 塩分 571 4.9	焼きそば 味噌汁 ソーセージ 花野菜サラダ ぶどうゼリー Ical* - 塩分 571 4.9	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 Ical* - 塩分 467 3.2	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 Ical* - 塩分 513 2.7	ごはん 卵スープ 和風ハンバーグ 野菜炒め カリフラワーのサラダ みかん缶 Ical* - 塩分 489 3.9	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 Ical* - 塩分 427 3.2		
3時	たいやき・ほうじ茶 Ical* - 塩分 132 0	パンケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 87 0.2	まんじゅう・ほうじ茶 Ical* - 塩分 70 0	パンケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 87 0.2	フルーチェ・紅茶 Ical* - 塩分 56 0.2	ロールケーキ・紅茶 Ical* - 塩分 113 0		
	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)			
昼食	ごはん 味噌汁 たらのレモン醤油蒸し じゃが芋の炒め物 だし パイン缶 Ical* - 塩分 436 3.2	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 Ical* - 塩分 467 4	ビビンバ丼 味噌汁 レンコンの金平 青梗菜の辛子マヨ和え みかん缶 Ical* - 塩分 465 3.2	ごはん 味噌汁 鶏肉の唐揚げ葱ソースかけ 小松菜の煮浸し 大根のしそ和え 黄桃缶 Ical* - 塩分 511 3.2	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 Ical* - 塩分 426 2.9			
3時	まんじゅう・ほうじ茶 Ical* - 塩分 70 0	シュークリーム・紅茶 Ical* - 塩分 100 0.1	ゼリー・紅茶 Ical* - 塩分 73 0	プチドック・紅茶 Ical* - 塩分 100 0.1	たいやき・紅茶 Ical* - 塩分 106 0			

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