

土支田デイサービスセンター7月献立表

	月	火	水	木	金	土
昼食		都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。				ご飯 味噌汁 大豆と鶏挽肉のトマト煮 粉ふき芋 華風和え フルーツ
	3					
	3	4	5	6	7	8
昼食	豚井 清汁 さつまいもの甘煮 フルーツ 	夏野菜カレー スープ コールスローサラダ 福神漬 フルーツポンチ	七夕そうめん がんもの煮物 ポテトサラダ スイカ 	七夕そうめん 厚揚げの煮物 ほうれん草ピーナツ和え スイカ 	七夕そうめん 里芋の煮物 人参サラダ スイカ 	そばろ井 清汁 大根の鹽あんかけ フルーツ
3	ケーキ エネルギー 597kcal	ケーキ エネルギー 657kcal	ケーキ エネルギー 776kcal	あんみつ エネルギー 559kcal	七夕ゼリー エネルギー 582kcal	クリームパン エネルギー 503kcal
	10	11	12	13	14	15
昼食	菜飯 味噌汁 アジフライ 南瓜のそばろあんかけ カリフラワーの甘酢 漬物	ご飯 味噌汁 鯉の南蛮漬 里芋のごま味噌煮 春雨サラダ 漬物	親子丼 味噌汁 南瓜の煮付け 切干大根の柚子風味	ご飯 スープ 麻婆茄子 野菜の卵とじ オクラの和え物 漬物	ご飯 味噌汁 鱈の野菜あんかけ ジャーマンポテト 花野菜サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の中華煮 オムレツ 胡瓜の土佐醤油 漬物
3	ヨーグルトムース エネルギー 580kcal	黒糖かん エネルギー 510kcal	杏仁豆腐 エネルギー 530kcal	どら焼き エネルギー 531kcal	ロールケーキ エネルギー 559kcal	黒糖まんじゅう エネルギー 521kcal
	17	18	19	20	21	22
昼食	ご飯 味噌汁  豚キムチ 高野豆腐含め煮 オクラのおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 蒸し鶏と根菜のごまだれ じゃが芋金平 小松菜の辛子和え 漬物	ご飯 味噌汁 ゴーヤチャンプルー 切干大根煮 マカロニサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 鮭のおろし煮 蒸し餃子 ミモザサラダ フルーツ	ハヤシライス スープ スパゲティサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 鱈の葱味噌焼き 炒り豆腐 ほうれん草と油揚げの和え物 漬物
3	ぶどうゼリー エネルギー 500kcal	抹茶の日 エネルギー 502kcal	豆乳プリン エネルギー 520kcal	抹茶あずきゼリー エネルギー 516kcal	ココアプリン エネルギー 548kcal	コーヒーゼリー エネルギー 620kcal
	24	25	26	27	28	29
昼食	手作りおかず(お好み焼き) 味噌汁 冬瓜水晶煮 ひじきサラダ フルーツ	手作りおかず(お好み焼き) 味噌汁 車麩の煮物 海藻サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 チキンソテー 春雨のスープ煮 ごぼうサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 豆腐とエビの中華煮 じゃが芋の煮物 もやしのポン酢和え 漬物	ご飯 味噌汁 サーモンフライ 里芋の含め煮 揚げ茄子の浸し 漬物	ご飯 スープ  中華風蒸し鶏 ビーフソテー ブロッコリーサラダ 漬物
3	水ようかん エネルギー 644kcal	りんごゼリー エネルギー 662kcal	ところてん エネルギー 582kcal	ドーナツ エネルギー 528kcal	豆乳くずもち エネルギー 537kcal	アイス エネルギー 580kcal
	31					
昼食	冷しきつねうどん 揚げ出し豆腐 竹輪のゴママヨ和え フルーツ					
3	お楽しみおやつ エネルギー 528kcal					