



# 土支田デイサービスセンター-6月献立表



	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
昼食			冷し山菜そば 冬瓜の煮物 胡瓜の酢の物 フルーツ	ご飯 ワカメスープ 魚のピリ辛焼き ニラ玉 ナムル フルーツ	ご飯 清汁 蒸し鶏マリネ ひじき煮 さつま芋サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 海草サラダ フルーツ
3時			チョコパン エネルギー 560kcal	水ようかん エネルギー 532kcal	黒糖ゼリー エネルギー 529kcal	フルーツチェ(ピーチ) エネルギー 590kcal
	6	7	8	9	10	11
昼食	鮭しらす丼 味噌汁 厚揚げの煮物 南瓜サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 ぶりの山椒焼き きのこのしぐれ煮 青梗菜サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 豚肉の香味炒め 車麩の煮物 小松菜のお浸し フルーツ	夏野菜カレー 南瓜のスープ(備蓄品) 温野菜のサラダ フルーツポンチ	ご飯 スープ 麻婆豆腐 蒸し餃子 ブロッコリーサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉の七味焼き 里芋の旨煮 キャベツのゆかり和え 漬物
3時	クリームパン エネルギー 563kcal	バナナパフェ エネルギー 546kcal	ヨーグルトババロア エネルギー 585kcal	杏仁豆腐 エネルギー 638kcal	ぶどうゼリー エネルギー 596kcal	イチゴスペシャル エネルギー 526kcal
	13	14	15	16	17	18
昼食	ご飯 スープ スペイン風オムレツ ほうれん草ソテー 人参サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 南瓜の煮物 もやしのぼんず和え フルーツ	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 厚揚げの煮物 オクラゆかり和え 漬物	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 切干大根煮 白菜サラダ 漬物	ハヤシライス スープ カリフラワーソテー 野菜たっぷりサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 魚の南部焼き 炒り豆腐 いんげんピーナツ和え フルーツ
3時	黒糖フークレエ エネルギー 572kcal	ケーキ エネルギー 623kcal	ケーキ エネルギー 568kcal	ケーキ エネルギー 590kcal	フルーツチェ(いちご) エネルギー 533kcal	豆乳プリン エネルギー 543kcal
	20	21	22	23	24	25
昼食	ご飯 味噌汁 松風焼き 冬瓜のかにあんかけ 山吹和え フルーツ	ご飯 味噌汁 魚の梅しそ照り焼き 初夏の炊き合わせ 大根と豆苗のゆかり和え フルーツ	ご飯 スープ 魚の香草パン粉焼き いんげんのクリーム煮 ほうれん草サラダ 漬物	ご飯 清汁 めばるの胡麻味噌焼き じゃが芋のそぼろあんかけ グリーンサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 魚の野菜あんかけ ふきの炒め煮 カリフラワーサラダ 漬物	ご飯 スープ 魚の南蛮漬け 中華風肉じゃが 拌三絲 漬物
3時	バームクーヘン エネルギー 564kcal	梅ゼリー エネルギー 555kcal	黒糖ふかし エネルギー 581kcal	たい焼き エネルギー 560kcal	ピーナツパン エネルギー 609kcal	抹茶あずきゼリー エネルギー 570kcal
	27	28	29	30	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。	
昼食	運動会メニュー			柳川風丼 味噌汁 茄子のオイスター炒め カリフラワーサラダ フルーツ		
3時	カルビスゼリー エネルギー 590kcal	ミルクかん エネルギー 595kcal	あんみつ エネルギー 542kcal	選択おやつ エネルギー 542kcal		