


〇〇7月献立表〇〇

						豊玉デイスービス	
				1(金)		2(土)	
						ご飯 味噌汁(麩・万能ねぎ) かれのいづいけ ゴーヤチャンプルー なめこおろし カクテル缶 487 3.1	
4(月)		5(火)		6(水)		7(木)	
昼食	ご飯 味噌汁(大根・揚げ) 鶏肉の梅香焼き カリフラワーのクリーム煮 キャベツの昆布和え 黄桃缶 エネルギー・塩分 524 2.7	ご飯 中華スープ(チンゲン菜・人参) マーボーナス ギョーザ 春雨サラダ 漬物 577 4	A 魚の蒲焼(鱈) B 魚の葱味噌焼き(鱈) ご飯 味噌汁(ほうれん草・えのき) じゃが芋の煮物 もやしのゆかり和え みかん缶 選択A 520 3 選択B 493 3	彩りそうめん はんぺんの磯辺揚げ チンゲン菜のごま酢和え カクテル缶 489 4	枝豆ご飯 味噌汁(キャベツ・かいわれ) 魚の野菜あんかけ(たら) 切干大根の煮物 ブロッコリーのサラダ パイン缶 509 3.3	ご飯 味噌汁(麩・葱) かき揚げ 南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 黄桃缶 537 3.1	
3時	プチドッグブレイン、紅茶 エネルギー・塩分 91 0.1	くずまんじゅう、緑茶 52 0	パンケーキ、紅茶 87 0.2	フルーチェ、紅茶 56 0.2	ゼリー、紅茶 73 0	プリン、紅茶 90 0.1	
11(月)		12(火)		13(水)		14(木)	
昼食	ご飯 中華スープ(卵・にら) 五目豆腐 ナスの中華炒め いんげんのドレ和え パイン缶 エネルギー・塩分 522 2.3	A ますの青しそソースかけ B ますのタルタルソースかけ ご飯 味噌汁(白菜・わかめ) カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草の胡麻和え みかん缶 選択A 503 3.4 選択B 584 3	カレーライス コンソメスープ(豆腐・しいたけ) ミモザサラダ 福神漬け カクテル缶 571 3.4	ご飯 味噌汁(玉葱・麩) 魚の塩焼き(鯖) 切り昆布煮付け チンゲン菜の中華和え 黄桃缶 491 3.9	ご飯 味噌汁(小松菜・揚げ) 豚肉のマヨネーズ焼き もやしの炒め煮 トマトの和風サラダ 漬物 542 3.8	ご飯 味噌汁(キャベツ・葱) 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 みかん缶 503 3.2	
3時	黒糖まんじゅう、緑茶 エネルギー・塩分 87 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2	カステラ、紅茶 110 0	あんぱん、緑茶 116 0.3	ゼリー、紅茶 73 0	ショコラブチケーキ、紅茶 97 0	
18(月)		19(火)		20(水)		21(木)	
昼食	ご飯 味噌汁(玉葱・揚げ) 鱈の生姜焼き 肉団子と大根の煮物 小松菜の柚子風味和え カクテル缶 522 2.8	ご飯 中華スープ(チンゲン菜・葱) 鶏肉と白菜の中華炒め シューマイ オクラのなめたけ和え 黄桃缶 531 2.3	ご飯 味噌汁(豆腐・わかめ) 豚肉と野菜のさっぱり和え インゲンの炒め煮 卵豆腐 パイン缶 495 3.1	ご飯 すまし汁(卵・みつば) たらの野菜味噌焼き 冬瓜のくずあんかけ ほうれん草の磯和え みかん缶 453 3.2	A 和風ハンバーグ B ハンバーグデミソース ご飯 味噌汁(小松菜・麩) 野菜炒め カリフラワーサラダ 黄桃缶 選択A 543 3 選択B 600 3.3	わかめご飯 味噌汁(大根・えのき) フライ(豚・コロッケ) ひじき煮 チンゲン菜の中華和え 漬物 564 4.1	
3時	吹雪まんじゅう、緑茶 エネルギー・塩分 87 0	プリン、紅茶 90 0	クリームパン、紅茶 136 0.4	たいやき、緑茶 93 0.1	パンケーキ、紅茶 87 0.2	フルーツヨーグルト、紅茶 72 0.1	
25(月)		26(火)		27(水)		28(木)	
昼食	豚玉丼 味噌汁(キャベツ・葱) じゃが芋の金平 きゅうりとわかめの酢の物 みかん缶 エネルギー・塩分 510 3.6	ご飯 豚汁 ほっけの塩焼き ぜんまいの煮物 インゲンの胡麻和え パイン缶 523 3	ご飯 中華スープ(ほうれん草・葱) ホイコーロー さつま芋のレモン煮 もやしサラダ 黄桃缶 523 2	A 鶏肉のから揚げ葱ソース B 鶏肉のから揚げおろしソース ご飯 味噌汁(豆腐・なめこ) チンゲン菜の炒め 大根のしそ和え カクテル缶 選択A 552 3.2 選択B 521 3.3	ご飯 味噌汁(大根・揚げ) 魚の梅風味焼き(鱈) なすの土佐煮 ほうれん草の辛子和え 漬物 458 3.8	ご飯 味噌汁(玉葱・わかめ) チキンソテー 里芋の煮物 ブロッコリーのドレッシング和え パイン缶 516 3	
3時	ところてん、緑茶 エネルギー・塩分 11 0.8	ロールケーキ、紅茶 103 0	パームクーヘン、紅茶 97 0	牛乳かん、紅茶 93 0	黒糖まんじゅう、緑茶 87 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2	

### 七夕

織り姫と彦星の綾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。