

平成28年 7月 献立表



いこいの里デイサービス

曜日	日	献立	日	献立	日	献立	日	献立	日	献立	
月		※今月から夏メニュー 冷やし中華・カレー はじめます。 土用の丑は鰻を使った メニューをご用意 します！！ ※7月13日 バイキング食です。  ※献立が変更になる場合 がありますので、 ご了承下さい。 一食のカロリーは 平均600kcalです。	4	ポークカレーライス 野菜スープ コンビネーションサラダ スイカ	11	ご飯・卵スープ 八宝菜 薩摩芋甘辛煮 中華サラダ バナナ・漬け物	18	ご飯・味噌汁 豚肉のごぼうのあっさり炒め 空也蒸し ひじきのサラダ 夏ミカン・漬け物	25	ご飯・味噌汁 赤魚の煮付け 茄子油味噌 中華クラゲのあえ物 プリン・漬け物	
おやつ				ヨモギ蒸しパン		神社コロッケ		水ようかん		アイス	
火				5	ご飯・スープ 麻婆豆腐 こんにゃく炒め もやしのお浸し アセロラジュレ・漬け物	12	豆ご飯・味噌汁 鰹味噌漬け焼き ひじきの炒り煮 キャベツの辛子和え ブドウゼリー・漬け物	19	ご飯・味噌汁 鶏肉の旨煮 焼売 茄子葱ソースがけ スイカ・漬け物	26	冷やしたぬきそば 大根べっこう煮 ほうれん草お浸し 夏ミカン
おやつ					ヨモギ蒸しパン		神社コロッケ		水ようかん		アイス
水				6	ご飯・味噌汁 天ぷら盛り合わせ 車麩煮付け パンサンスウ 杏仁豆腐・漬け物	13	バイキング	20	夏野菜カレーライス 野菜スープ スパゲティーサラダ メロン	27	ご飯・きのこ汁 千草焼き きんぴらごぼう 茄子隠元ごま味噌和え パイン・漬け物
おやつ				ロールケーキ		ぼんせんべい		水ようかん		アイス	
木			7	おにぎり 七夕そうめん 茄子田楽 ゆばのあえ物 オレンジ・漬け物	14	麦ご飯・とろろ汁 厚焼き卵 大根と鶏肉の煮物 ごぼうサラダ メロン・漬け物	21	うな重 澄まし汁 がんもの煮付け 胡瓜甘酢漬 黄桃・漬け物	28	ご飯・野菜スープ 酢豚 豆腐カニあんかけ ホタテのサラダ ミックスフルーツ・漬け物	
おやつ				ロールケーキ		まんじゅう		流しそうめん		アイス	
金	1		8	ごぼう飯・味噌汁 カニ玉子の蒸し物 金時豆甘煮 白菜サラダ パイン・漬け物	15	ごはん・きのこスープ ミックスフライ 茄子そぼろ煮 南瓜サラダ みかん・漬け物	22	冷やしたぬきうどん かぶの肉あんかけ 酢味噌和え 夏ミカン	29	ポークカレーライス わかめスープ トマトと青じそサラダ メロン	
おやつ				抹茶ようかん		大学芋		流しそうめん		アイス	
土	2		9	豆ご飯・なめこ汁 肉じゃが 茶碗蒸し もずく酢の物 ヨーグルト・漬け物	16	ご飯・澄まし汁 鮭甘塩焼き 切り干し大根炒め煮 豚肉の中華風あえ物 黄桃・漬け物	23	冷やし中華 南瓜えびあんかけ きのこおろし和え バナナ	30	【土用の丑の日】 うなぎちらし 澄まし汁 夏野菜炊き合わせ スイカ・漬け物	
おやつ				抹茶ようかん		大学芋		流しそうめん		アイス	