

# 7月食メニュー



| 日  | 曜日 | 食 事                                 | おやつ      |
|----|----|-------------------------------------|----------|
| 1  | 水  | えびピラフ、小鉢、コンソメスープ                    | よもぎソフト饅頭 |
| 2  | 木  | 味噌だれチキン、青菜煮びたし、にんじんサラダ、味噌汁          | ゆず饅頭     |
| 3  | 金  | カレイ煮付け、冷奴、キャベツの酢の物、味噌汁              | マドレーヌ    |
| 4  | 土  | ささみの梅肉ソース、キャベツのお浸し、里芋白煮、すまし汁 ★      | 紫芋饅頭     |
| 5  | 日  | ☆お休み☆                               |          |
| 6  | 月  | サワラ塩焼き、冬瓜のそぼろあんかけ、春雨サラダ黒酢入り、味噌汁     | ミニどら焼き   |
| 7  | 火  | ちらし寿司、筑前煮、七夕そうめん、すまし汁、和菓子           | ☆願いの星☆   |
| 8  | 水  | 鱧の湯引き、小鉢、高野豆腐の含め煮、赤だし               | ももゼリー    |
| 9  | 木  | サバ塩焼き、大豆と昆布のうま煮、ほうれん草のお浸し、味噌汁       | ココアロール   |
| 10 | 金  | 牛肉入りコロッケ、焼き茄子トマトソース、モロヘイヤの煮浸し、すまし汁  | 黄味餡饅頭    |
| 11 | 土  | 千草焼き、もずくの酢の物、小松菜のお浸し、味噌汁            | 豆乳饅頭     |
| 12 | 日  | ☆お休み☆                               |          |
| 13 | 月  | 若鶏唐揚げ、カブとブロッコリーのクリームソース、野菜盛合せ、味噌汁   | さとうきび饅頭  |
| 14 | 火  | 牛焼肉、揚げ茄子の煮浸し、小松菜のお浸し、すまし汁           | 酒饅頭      |
| 15 | 水  | 五日ちらし寿司、お吸い物、星型杏仁豆腐                 | うさぎ饅頭    |
| 16 | 木  | 豚ロースのマリネ、肉じゃが、味噌汁、フルーツ              | おやつ作り    |
| 17 | 金  | 赤魚西京焼き、牛肉の二色巻き、さつま芋の煮物、すまし汁         | おやつ作り    |
| 18 | 土  | かに玉のあんかけ、里芋白煮、スパゲティサラダ、中華スープ        | ミニあんぱん   |
| 19 | 日  | ☆お休み☆                               |          |
| 20 | 月  | 豆腐ハンバーグ、筑前煮、焼き茄子、すまし汁               | チョコカステラ  |
| 21 | 火  | 親子丼、うの花炒り煮、あさりとキャベツの生姜和え、味噌汁        | りんごケーキ   |
| 22 | 水  | 姫鯛の酒蒸し、小松菜おかか和え、がんもの煮物、かきたま汁        | プリン      |
| 23 | 木  | カレイ西京焼き、揚げ茄子の煮浸し、いんげん和白きくらげのナムル、味噌汁 | 抹茶水ようかん  |
| 24 | 金  | 鶏肉のゆばあんかけ、モロヘイヤの煮浸し、筍とツナの煮物、すまし汁    | ケーキ      |
| 25 | 土  | 魚の有馬焼き、里芋含め煮、金時豆、味噌汁                | 牛乳ケーキ    |
| 26 | 日  | ☆お休み☆                               |          |
| 27 | 月  | ピーマンの肉詰め、炒り豆腐、木の实和え、味噌汁             | 抹茶饅頭     |
| 28 | 火  | 黒ムツ煮付け、厚揚げの彩り炒め、カリフラワーのゆかり和え、味噌汁    | バームクーヘン  |
| 29 | 水  | 唐揚げ、小鉢、胡瓜のポン酢和え、けんちん汁               | 栗饅頭      |
| 30 | 木  | ぶり幽庵焼き、里芋の含め煮、ほうれん草卵の花、コンソメスープ      | きんつば     |
| 31 | 金  | 豚の生姜焼き、白菜煮浸し、オクラと山芋のねばねばサラダ、味噌汁     | もみじ饅頭    |

都合により変更する場合があります。

わかうら園第1 デイサービスセンター