



7月昼食メニュー



日	曜日	食 事	おやつ
1	火	たこ飯 、さばの塩焼き、キャベツと平天の煮浸し、ブロッコリーのおから和え、味噌汁	いちごロール
2	水	メンチカツ&エビフライ、しろなとツナのソテー、味噌汁、大根のピクルス	紫いも饅頭
3	木	豚肉ともやしの野菜炒め、がんもの煮物、アスパラの梅かつお和え、味噌かきたま汁	鯛饅頭
4	金	焼きそば 、絹揚げとグリーンピースのそぼろ煮、さつまいものサラダ、味噌汁	黒胡麻饅頭
5	土	ビビンバ 、かにシューマイ、味噌汁、マンゴー缶	塩キャラメルロール
6	日	☆お休み☆	
7	月	稲荷寿司 、 セタソーメン 、切干大根と豚肉の煮物、黄桃缶のピュアジュレ	☆願いの星☆
8	火	豚かつのおろしあんかけ、里芋と鶏肉の煮物、キャベツとコーンの和風ドレサラダ、赤だし	牛乳ケーキ
9	水	サラダ寿司 、絹揚げの煮物、大根の和え物、味噌汁	かぼちゃ饅頭
10	木	夏野菜カレー 、キャベツの洋風お浸し、寒天とフルーツ缶の盛合せ	うさぎ饅頭
11	金	蒸し鶏、なすの田舎煮、ひじきとれんこんのマヨサラダ、味噌汁	白ロール
12	土	さけの照り焼き、いかふくさ焼き、ポテトサラダ、味噌汁	シェルケーキ
13	日	☆お休み☆	
14	月	赤魚の生姜煮、ふかしじゃがいも、マカロニサラダ、味噌汁	ケーキ
15	火	親子丼 、金平ごぼう、揚げなすの甘酢和え、味噌汁	あんずケーキ
16	水	白身魚の唐揚げ、白菜と鶏肉の煮物、味噌汁、ぶどうゼリー	もみじ饅頭
17	木	お好み焼き 、絹揚げの煮物、もやしの塩麴ドレサラダ、味噌汁	すいかゼリー
18	金	さけの香味焼き、キャベツと豚肉の炒め物、味噌汁、パイ缶のルズジュレ	抹茶ロール
19	土	うな丼 、れんこんとちくわの金平、赤だし、胡瓜の浅漬	レモンケーキ
20	日	☆お休み☆	
21	月	銀ひらすのグリル、枝豆がんもの煮物、味噌汁、みかん缶	たい焼きクリーム
22	火	豚大根、やっこ、ブロッコリーのアイランドドレ和え、すまし汁	長崎カステラ
23	水	チキン南蛮、切干大根の煮物、キャベツのゆかり和え、味噌汁	おやつ作り
24	木	白身魚の味噌煮、れんこんと平天の金平、いんげんとパプリカの和サラダ、すまし汁	おやつ作り
25	金	チキンカレー 、ブロッコリーと油揚げの白ごま和え、すいかゼリー	ココアロール
26	土	白身魚の煮付け、もやしと鶏肉の炒め物、さつまいもとルズのサラダ、味噌汁	バームクーヘン
27	日	☆お休み☆	
28	月	豚肉の山椒煮、松風焼き、うまい菜のごまドレサラダ、味噌汁	チョコワッフル
29	火	シロガネダラの生姜煮、切干大根と豚肉の煮物、味噌汁、ぶどうゼリー	トラロール
30	水	ホッケの塩麴焼き、茄子のよごし、白菜のお浸し、すまし汁	お茶プリン
31	木	きつねそば 、キャベツとウインナーの炒め物、ポテトサラダ	チーズ蒸しパン

都合により変更する場合があります。

わかうら園デイサービスセンター