



日	曜日	食	事	おやつ
1	土	刈り上げ、高野豆腐と豚肉のサゲ煮、うまい菜とツナのババコサラダ、味噌汁		黒胡麻饅頭
2	日	☆お休み☆		
3	月	焼きぶりの南蛮漬、ひじきと豚肉の炒め煮、白菜と平天の和え物、味噌汁		ミニクリームパン
4	火	豚肉の塩ダレ炒め、一口がんもの煮物、味噌かきたま汁、みかん缶		牛乳ケーキ
5	水	シーフードカレー、キャベツと鶏肉の炒め物、うまい菜とちくわの白ごま和え		ケーキ
6	木	ポークチャップ、玉ねぎとツナのミニオムレツ、味噌汁、フルーツ		ゆず饅頭
7	金	サラダ寿司、絹揚げのそばろ煮、キャベツとちりめんの和え物、味噌汁		バームクーヘン
8	土	豚カツの卵とし、ごぼうと油揚げの炒め煮、白菜の柚子風味、赤だし		シェルケーキ
9	日	☆お休み☆		
10	月	豚丼、キャベツとツナの煮物、ブロッコリーと油揚げのピリ辛和え、味噌汁		いちごロール
11	火	冷やし中華、里芋のそばろ煮、フルーツ		たい焼きクリーム
12	水	豚肉のバター醤油炒め、いかふくさ焼き、白菜と油揚げのわさび和え、味噌汁		ココアロール
13	木	かれいの煮付け、大根の金平、キャベツといんげんのごまドレサラダ、味噌汁		かぼちゃ饅頭
14	金	麻婆なす、白菜とちくわの煮物、味噌汁、ミルク寒天のあんずソースかけ		チョコワッフル
15	土	ホキのピカタ、かも団子、もやしといんげんの豆乳和え、味噌汁		もみじ饅頭
16	日	☆お休み☆		
17	月	ミートソースパゲティ、もやしとツナの炒め物、さつまいもとホリのサラダ、コンソメスープ		紫いも饅頭
18	火	チンジャオロース、かにシューマイ、大根の白ごま和え、味噌汁		おやつ作り
19	水	白身魚の唐揚げ、ベーコンと枝豆の塩バターソテー、味噌汁、フルーツ		夏祭りおやつ作り
20	木	銀ひらすの煮付け、絹揚げとグリルホリのそばろ煮、いんげんと平天の和え物、味噌汁		チョコカステラ
21	金	蒸し鶏、れんこんと豚肉の炒り煮、キャベツとパプリカのリンゴドレサラダ、味噌汁		抹茶ワッフル
22	土	豚肉のプルコギ、もやしとコーンの大葉ドレサラダ、味噌汁、杏仁豆腐		小豆水ようかん
23	日	☆お休み☆		
24	月	豚肉の和風炒め、切干大根と鶏肉の煮物、やっこ、味噌汁		うさぎ饅頭
25	火	枝豆ごはん、鶏肉のニンニク醤油焼き、えびシューマイ、味噌汁、フルーツ		黒糖ケーキ
26	水	シロガネダラの煮付け、ふかしじゃがいも、ひやじり、味噌汁		いちごムース
27	木	オムライス、もやしと鶏肉の炒め物、マカロニサラダ、味噌汁		長崎カステラ
28	金	赤魚の柚庵焼き、豚肉の和風炒め、さつまいものサラダ		トラロール
29	土	さばの味噌煮、ごぼうと豚肉の金平、すまし汁、マンゴー缶		葛こごり黒みつ
30	日	☆お休み☆		
31	月	キーマカレー、いんげんとパプリカのおからサラダ、ぶどうゼリー		鯛饅頭

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