

## 令和6年7月 デイサービス献立

1	月	ご飯	みそ汁	赤魚の粕漬	鶏じゃが	もずくの酢の物	ゼリー
2	火	五目チャーハン	中華スープ	肉団子と野菜の甘酢煮	春雨の中華風和え		杏仁豆腐
3	水	ご飯	すまし汁	サワラのみょうがみそ焼き	なすの田舎煮	即席漬け	果物
4	木	ご飯	みそ汁	はんぺんチーズフライ	ひじき煮	ごま酢和え	果物
5	金	ご飯	みそ汁	サバの塩こうじ焼	里芋煮	おくらのおかか和え	果物
6	土	麦とろ	みそ汁	豚肉のごまみそ焼き	トマトきゅうりサラダ		果物
7	日						
8	月	ご飯	みそ汁	野菜と肉の和風煮	きんぴらごぼう	ポテトサラダ	果物
9	火	ご飯	みそ汁	鶏肉の照り焼き	炒り煮	酢のもの	果物
10	水	チキンライス	スープ	さつまいものミルク煮	千切り大根サラダ		ゼリー
11	木	三色ご飯	みそ汁	かぼちゃ田舎煮	しその実和え		果物
12	金	ご飯	すまし汁	サワラの西京漬	切干煮	辛子和え	果物
13	土	ご飯	みそ汁	焼き魚(鮭)	きんぴらごぼう	酢味噌かけ	果物
14	日						
15	月	ご飯	スープ	ハンバーグ	じゃが芋のたらこ煮	千切り大根サラダ	果物
16	火	ご飯	みそ汁	鶏のトマトソース	ひじき煮	マカロニサラダ	果物
17	水	ご飯	中華スープ	カニ玉	シュウマイ	ごま和え	果物
18	木	<夏まつり>	焼きそば	たこ焼き	豆腐ナゲット	枝豆	ゼリー
19	金	<夏まつり>	焼きそば	たこ焼き	豆腐ナゲット	枝豆	ゼリー
20	土	カニちらしすし	すまし汁	揚げ出し豆腐きのこあん	わさび和え		果物
21	日						
22	月	ワカメご飯	みそ汁	白身魚のバター風味	じゃが芋のミルク煮	キャベツとツナのサラダ	果物
23	火	ご飯	卵スープ	おろしハンバーグ煮	レンコンのじゃこ炒め	春雨サラダ	果物
24	水	<土用丑の日>	うな丼	すまし汁	けんちん煮	しその実和え	果物
25	木	ご飯	中華スープ	マーボー茄子	シュウマイ	梅しそ和え	果物
26	金	赤飯	すまし汁	焼き魚(ほっけ)	五目卵焼き	ごま和え	果物
27	土	赤飯	すまし汁	カジキの照り焼き	ナス揚げおろし煮	酢のもの	果物
28	日						
29	月	ご飯	沢煮わん	サワラ幽庵漬焼き	切干煮	おひたし	ゼリー
30	火	ご飯	みそ汁	肉豆腐	煮豆	もずくの酢の物	ゼリー
31	水	五目ごはん	みそ汁	蒸魚のあんかけ	かぼちゃ田舎煮	おろし和え	果物

入荷の都合で献立が変更になる場合があります。

食物アレルギーのある方は事前にお知らせ願います。

安立園在宅ケアセンター