

デイサービスセンター禎心会東



献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
		鶏肉の生姜炒め	加いのチーズ風味ムニエル	◇冷やしきつねそば	鶏肉のねぎ塩炒
		はんぺんフライ	カニのトマト煮	オクラの磯和え	五目豆
		菜の花ナムル風	カリフラワーのサラダ	◇みかんの缶詰	小松菜煮びたし
7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
鶏肉ごまだれ焼き	◇ビビンバ丼とスープ	鶏肉の明太マヨ焼き	◇冷やし中華	さばの塩麹漬焼	◇挽肉カレー
キャベツのソテー	白菜と蒸し鶏のサラダ	ごぼうの炒り煮	キャベツの塩昆布和え	冬瓜のそぼろあん	◇スープ
枝豆ひじき和風サラダ	◇りんごゼリー	ほうれん草のしらす和え	◇マンゴーの缶詰	玉葱の中華和え	◇アイス
7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
◇冷やしとろろうどん	豚肉のプルコギ風	ほっけの胡麻風味焼き	マーボー豆腐	◇塩ラーメン	鶏肉のカレーソテー
春雨の酢醤油和え	ひじきの炒り煮	もやしのソテー	コロッケ	ほうれん草海苔和え	揚げ茄子の煮浸し
◇リンゴの缶詰	小松菜のお浸し	チンゲン菜とハムの和え物	オクラのめかぶ和え	◇蒸しパン	ブロッコリーのツナ和え
7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
【海の日】海老ピラフ	ますのマヨネーズ焼き	◇肉そば	海老かつの卵とじ	鶏肉のあんかけ炒め	あじのパン粉焼き
◇コンソメスープ	きのこソテー	小松菜のくるみ和え	ひじきと大豆の炒り煮	もやしのソテー	焼き豆腐田楽
鶏の唐揚げ	いんげんと蒸し鶏のサラダ	◇パインの缶詰	キャベツの梅風味和え	ブロッコリーカニカマ和え	ごぼうサラダ
7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
◇ゆかりごはん	◇冷やしたぬきうどん	赤魚のオニオンソース	鶏肉のねぎ塩炒め	◇ポークカレー	
たら塩麹マヨ焼き	ブロッコリーフレンチ和え	さつまいも甘露煮	里芋とがんもの煮物	◇スープ	
じゃが芋の豆乳煮	◇ミニ蒸しパン	もやしのサラダ	オクラの磯和え	◇アイス	
チンゲン菜ごま風味和え					

※黄色は、季節のメニューや麺類・丼もの・カレー等  
皆様からのリクエスト食になります