デイケアセンター　ら・ぱーす　7月の献立

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
		ごはん	冷やしきつねそば	ごぼうの炊き込みごはん	ごはん
		味噌汁	海鮮しゅうまい	味噌汁	味噌汁
		鶏肉の生姜炒め	手作りピーチゼリー	白身魚フライ	鶏肉のねぎ塩炒め
		はんぺんフライ		ミックスベジタブル・ソース	五目豆
		菜の花ナムル風		リヨネーズポテト	小松菜煮びたし
		果物（パイン缶）		ミルクデザート（いちご）	果物（みかん缶）
7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
ごはん	ポークカレー	ごはん	冷やし中華	ごはん	ビビンバ丼
味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	春巻き	味噌汁	コンソメスープ
鶏肉ごまだれ焼き	マカロニサラダ	鶏肉の明太マヨ焼き	果物（りんご缶）	さばの塩麹漬焼	ブロッコリーサラダ
キャベツのソテー	デザートムース（ぶどう）	ごぼうの炒り煮		冬瓜のそぼろあん	手作りパインゼリー
枝豆ひじき和風サラダ		ほうれんしらす和え		玉葱の中華和え	
フルーツカクテル		手作りいちごゼリー		マンゴープリン	
7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
冷そうめん	ごはん	親子丼	ごはん	スパゲティナポリタン	ごはん
野菜しゅうまい	味噌汁	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁
手作りピーチゼリー	豚肉のプルコギ風	チンゲン菜とハムの和え物	マーボー豆腐	１０品目サラダ	鶏肉のカレーソテー
	ひじきの炒り煮	水ようかん	コロッケ	手作り青りんごゼリー	揚げ茄子の煮浸し
	小松菜のお浸し		オクラの和え物		ブロッコリーのツナ和え
	ブルーベリーヨーグルト		ミルクデザート（ピーチ）		果物（洋梨缶）
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	ごはん	ソース焼きそば	ごはん	ごはん	マーボー麺
オニオンスープ	味噌汁	中華スープ	味噌汁	味噌汁	中華スープ
鶏の唐揚げ	ますのマヨネーズ焼き	小松菜のくるみ和え	海老かつの卵とじ	鶏肉のあんかけ炒め	ごぼうサラダ
リーフレタス	きのこソテー	手作りピーチゼリー	ひじきと大豆の炒り煮	もやしのソテー	ブルーベリーヨーグルト
ブロッコリーと卵のサラダ	いんげんと蒸し鶏のサラダ		キャベツの梅風味和え	ブロッコリーカニカマ和え	
果物（バナナ）	デザートムース（ぶどう）		杏仁豆腐	果物（りんご缶）	
7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
ごはん	冷やしかき揚げそば	ごはん	挽肉カレー	あさりと海老の塩ラーメン	
味噌汁	海鮮しゅうまい	味噌汁	コンソメスープ	野菜しゅうまい	
たら塩麹マヨ焼き	手作り青りんごゼリー	赤魚のオニオンソース	ブロッコリーの中華和え	手作りパインゼリー	
じゃが芋の豆乳煮		さつまいも甘露煮	いちごヨーグルト		
チンゲン菜ごま風味和え		もやしのサラダ			
水ようかん		果物（みかん缶）			

おしらせ

麺メニューは大盛り対応できます。
御希望の場合は、
施設スタッフに
お知らせください。