

デイサービスセンター アウル 7月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5	6
昼		ごはん、味噌汁 糠秋刀魚焼き魚 大根とウインナーのコンソメ 煮 茄子とピーマンの揚げびたし オレンジヨーグルト	ご飯、味噌汁、ヒレののり 巻き揚げ(野菜添え)、カ ブの煮物、卵豆腐、プラ ム	ご飯、味噌汁、野菜蒸し、 マグロの漬け焼き、しらす 大根、イチゴ	ご飯、味噌汁、ロール キャベツ、明太子パスタ、 きゅうりの梅肉のせ、パナ ナ	ご飯、味噌汁、鮭の塩麴 焼き、じゃがいもの煮物、 大根のサラダ、オレンジ	
おやつ		栗饅頭	ケーキ	クッキー	栗饅頭	バタークッキー	
	7	8	9	10	11	12	13
昼		カレーライス、スープ、 サーモンとアボガドに和 え物、小松菜の煮びた し、リンゴ	赤飯、すまし汁、鱈のム ニエル、白菜のお浸し、 酢の物、パイン	ご飯、味噌汁、フワフワ海 老カツ、煮物、心太、スイ カ	十六穀ご飯、味噌汁、焼 き魚(赤魚の粕漬)、がん もどきの含め煮、長芋の サラダ、スイカ	ご飯、味噌汁、焼き魚(つ ぼ鯛)、フワフワ卵とし、 ほうれん草のお浸し、メロ ン	
おやつ		ロアンヌ	ケーキ	カステラ	チョコウエハース	アイスクリーム	
	14	15	16	17	18	19	20
昼		ご飯、味噌汁、野菜の肉 巻き、高菜の Pasta、豆 苗の炒め物、桃	ご飯、味噌汁、水餃子、 切り干し大根の煮物、キ ムチ、メロン	ご飯、味噌汁、鯖のおろし 煮、ささぎの煮物、きゅう りの酢の物、サクランボ	ご飯、味噌汁、豆腐ス テーキ、じゃがいものオム レツ、きゅうりの梅和え、 バナナ・メロン	ご飯、味噌汁、鮭のホワ イトソース掛け、ささぎの 胡麻和え、煮物、サクラン ボ	
おやつ		バタークッキー、ウニせん べい	源氏パイ	和菓子	黒糖棒	あん巻き	
	21	22	23	24	25	26	27
昼		ご飯、味噌汁、ウナギの 卵とし、チンジャオロー ス、きゅうりのなめ茸掛 け、プラム	チャーハン、スープ、豚肉 ときゅうりの和え物、パイン ヨーグルト	ご飯、味噌汁、焼き魚 (鯖)大根おろし添え、い もとえんどうの煮物、きゅ うりの和え物、パイン	ご飯、味噌汁、秋刀魚の 生姜煮、大根の甘辛煮、 三食和え(もやし、人参、 青物)	ご飯、味噌汁、焼き魚(ピ リ辛秋刀魚)大根おろし 添え、炒め納豆、もずく 酢、スイカ	
おやつ		桃山	アイス	和菓子	羊羹ロール	桃山	
	28	29	30	31			
昼		ご飯、味噌汁、ラムのから 揚げ、マグロとわかめ の酢味噌和え、ピーマン と人参の炒め煮、オレンジ のマーマレード掛け	ご飯、味噌汁、コロッケ、 湯豆腐、漬物、玉林	ご飯、味噌汁、鱈の竜田 揚げ、大根の金平、マカ ロニサラダ、バナナ			
おやつ		溪流焼き	アイス	クッキー			