



H30年

7月の予定献立表

よみうりランド花ハウス デイサービス

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
A	揚げ出し豆腐の五目あん	豆入り挽肉カレーライス <small>付福神漬け・らっきょう</small>	肉じゃが(豚肉)	とろろそば(温)	鶏つくねと大根の煮物	ぶり大根
	568kcal 2.5g	588kcal 3.5g	536kcal 2.2g	430kcal 3.5g	569kcal 3.5g	648kcal 2.1g
B	ホキの沢煮	赤魚のオーロラソースかけ <small>付粉吹き芋 御飯、スープ(玉葱・人参)</small>	鮭の香味焼き <small>付人参の甘煮</small>	カラスカレイの梅肉焼き <small>付厚焼き卵 御飯、味噌汁(長葱・ホウレン草)</small>	青ヒラスの照り焼き	牛肉のおろし煮
	488kcal 2.9g	598kcal 2.8g	565kcal 2.4g	634kcal 2.3g	498kcal 3.2g	675kcal 2.6g
A / B 共通	南瓜の甘辛煮 青梗菜とモヤシの磯和え 味噌汁(小町麩・長葱) バナナ、御飯	コロケ ホウレン草のサラダ りんご缶	ぜんまいの炒り煮 インゲンの胡麻和え 味噌汁(花麩・三つ葉) みかん缶、御飯	さつま芋の甘煮 大根サラダ パイ缶	切昆布と桜エビの煮物 ブロッコリーのおかかサラダ 味噌汁(モヤシ・油揚げ) 白桃缶、御飯	ガンモの煮物 なす浸し 味噌汁(玉葱・万能葱) みかん缶、御飯
	おやつ	しっとり饅頭 黒糖	ピーチフルーチェ	どら焼き	青りんごゼリー	パウンドケーキ(レモン)
	72kcal 0.1g	60kcal 0.2g	142kcal 0.2g	51kcal 0.1g	77kcal 0.0g	77kcal 0.0g

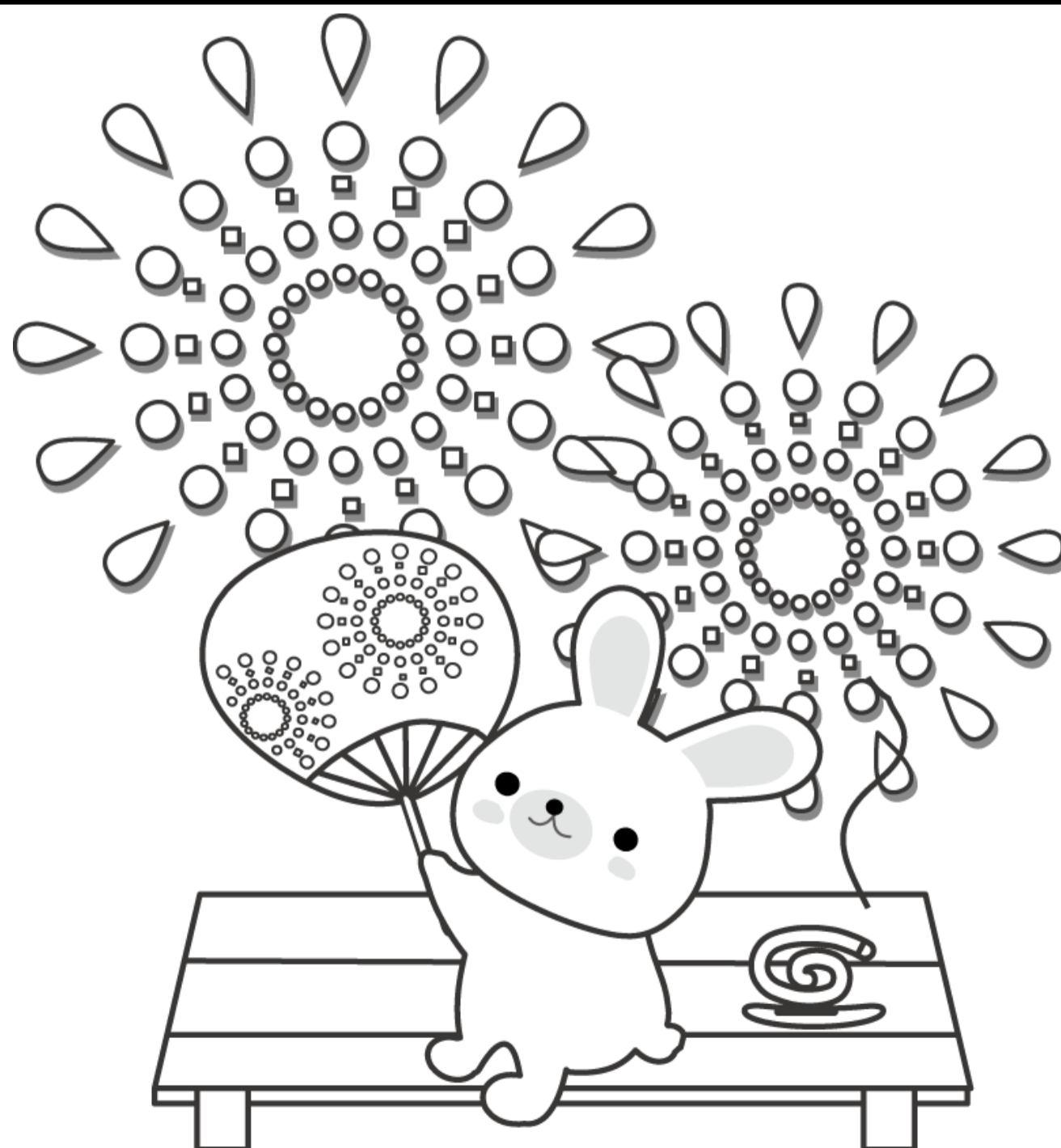
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
A	イタリアンハンバーグ(トマトソース)	ホッケの塩焼き <small>付枝豆おろし</small>	チキンライスのスクランブルエッグかけ	牛肉と玉葱のしぐれ煮	蒸し鶏と三つ葉の梅肉ソース <small>付小松菜のお浸し</small>	鶏肉のマスタード焼き <small>付粉ふき芋</small>
	578kcal 2.5g	551kcal 2.5g	帆立風フライ	605kcal 2.1g	510kcal 2.7g	548kcal 2.9g
B	タラのたらこマヨネーズ焼き <small>付ズッキーニのソテー</small>	鶏肉の山椒焼き <small>付枝豆おろし</small>	大根サラダ みかん缶	サワラの若菜蒸	さわらの西京焼き <small>付小松菜のお浸し</small>	メバルの香草パン粉焼き <small>付粉ふき芋</small>
	581kcal 2.2g	594kcal 2.7g		529kcal 2.4g	549kcal 2.1g	547kcal 2.7g
A / B 共通	さつま芋の蜂蜜煮 青梗菜とモヤシのサラダ スープ(卵・万能葱) 黄桃缶、御飯	角あげの煮物 春雨の酢の物 すまし汁(花麩・ミツバ) りんご缶、御飯	597kcal 3.0g	里芋の含め煮 キャベツのしその実和え 味噌汁(小町麩・インゲン) パイ缶、御飯	なすの利休煮 ブロッコリーのお浸し すまし汁(花麩・万能葱) 白桃缶、御飯	ラタトゥーユ ヒジキサラダ スープ(菜の花・コーン) マンゴー缶、御飯
	おやつ	レアムースケーキ <small>種・ミキサー:メロンフルー チェ</small>	しっとり饅頭 吹雪	キャラメルプリン	栗カステラ饅頭	ロールケーキ
	152kcal 0.1g	69kcal 0.0g	88kcal 0.1g	101kcal 0.1g	68kcal 0.1g	100kcal 0.1g

※ 献立は発注の都合により変更になることがあります。

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
A	《季節の行事食》 松花堂	牛肉と大根の甘辛煮	天津丼 (ケチャップソース)	鶏肉の唐揚げ 葱ソース 付 ボイルキャベツ	かき揚げそば	鮭の卵 マヨネーズ焼き 付 スパゲティソース
	枝豆じゃこ御飯	581kcal	762kcal	556kcal	489kcal	737kcal
	カレイの粕漬焼き 付 菜の花のお浸し	2.8g	2.8g	3.5g	3.7g	4.8g
B	生麩と野菜の 炊き合わせ	かれいの煮付け	豚玉丼	タラの和風ピカタ 付 ボイルキャベツ	ホッケの塩焼き 付 厚焼卵 <small>御飯、味噌汁(長葱・ホウレン草)</small>	煮込みハンバーグ (デミグラスソース)
	茄子のポン酢和え	488kcal	684kcal	516kcal	531kcal	614kcal
	すまし汁 (そうめん・ミョウガ)	2.8g	2.4g	3.4g	2.3g	5.1g
A / B 共通	りんご缶	切昆布と大豆の煮物 青梗菜とモヤシの辛子和え 冷汁(アジ) 黄桃缶、御飯	大学芋 中華冷奴 中華スープ(春雨・人参) 洋梨缶	大根の田楽 春菊のポン酢和え 味噌汁(カブ・油揚げ) みかん缶、御飯	里芋の含め煮 ブロッコリーのサラダ パイン缶	ガンモの煮物 ホウレン草のサラダ 味噌汁(青梗菜・油揚げ) 白桃缶、御飯
	551kcal 2.9g					
おやつ	ドームケーキ(カスタード)	人形焼	コーヒーゼリー	しっとり饅頭 小麦	和風プリン(キナマンジェ)	カルシウム饅頭(栗入り)
	117kcal	80kcal	65kcal	70kcal	101kcal	44kcal
	0.0g	0.0g	0.0g	0.0g	0.1g	0.1g

	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
A	鶏肉の山椒焼 付 うぐいす煮豆	ブリの照り焼き 付 オクラのおかか和え	きつねうどん	かつ丼	回鍋肉 <small>(豚肉とキャベツの味噌炒め)</small>	夏野菜の カレーライス 付 福神漬け・ラッキョウ
	590kcal	609kcal	356kcal	666kcal	605kcal	729kcal
	3.6g	2.8g	3.9g	3.6g	2.7g	3.3g
B	魚河岸揚げの 煮付け	豚肉とカブの 甘辛煮	ぶり大根 <small>御飯、味噌汁(青梗菜)</small>	穴子丼	カニ玉 (中華あん)	タラのチーズ焼き 付 茄子のソテー <small>御飯、スープ(ジャガイモ・人参)</small>
	561kcal	559kcal	632kcal	585kcal	649kcal	612kcal
	3.4g	2.5g	2.2g	3.5g	3.8g	2.7g
A / B 共通	切昆布と桜エビの煮物 菜の花のサラダ 味噌汁(小町麩・椎茸) 洋梨缶、麦とろご飯	ガンモの煮物 大根サラダ 味噌汁(小町麩・椎茸) 洋梨缶、御飯	切干大根の煮物 ホウレン草の磯和え りんご缶	南瓜の甘煮 冷奴 味噌汁(カブ・長葱) みかん缶	餃子 春雨の中華サラダ 中華スープ(蒲鉾・ヤングコーン) 白桃缶、御飯	ミニメンチカツ 菜の花のサラダ マンゴー缶
	75kcal 0.0g	194kcal 0.2g	81kcal 0.0g	49kcal 0.1g	72kcal 0.1g	66kcal 0.0g
おやつ	パウンドケーキ(大納言)	フルーツムース 極・ミキサー:ババロア	黒糖ムース	プチシュー	しっとり饅頭 黒糖	グレープゼリー
	75kcal	194kcal	81kcal	49kcal	72kcal	66kcal
	0.0g	0.2g	0.0g	0.1g	0.1g	0.0g

	30日(月)	31日(火)
A	ぶりの南部焼き	冷やし中華
	580kcal	373kcal
	2.9g	3.7g
B	豚肉のおろし煮	蒸魚(ホキ)の 中華だれかけ <small>御飯、中華スープ(モヤシ・長葱)</small>
	551kcal	471kcal
	2.8g	2.9g
A / B 共通	ぜんまいとサツマ揚げの煮物 キャベツ生姜和え 味噌汁(豆腐・三つ葉) 黄桃缶、御飯	冬瓜のかにあんかけ インゲンのサラダ マンゴー缶
	72kcal 0.1g	78kcal 0.1g
おやつ	手作りプリン	パウンドケーキ (オレンジショコラ)
	72kcal	78kcal
	0.1g	0.1g



※ 献立は発注の都合により変更になることがあります。