



7月昼食メニュー



日	曜日	食 事	おやつ
1	水	メンチカツ&ビーフライ、しろなと酢の物、味噌汁、洋なし缶のはちみつゼリー	ゆず饅頭
2	木	たこ飯、ホウの塩麹焼き、ひじきとちくわの煮物、もやしとコーンの和風ドレッシング、味噌汁	いちごロール
3	金	蒸し鶏、なすの揚げびたし、大根と平天の和え物、味噌汁	鯛饅頭
4	土	白身魚の生姜煮、れんこんと豚肉の金平、キャベツとなめこのピリ辛和え、味噌汁	牛乳ケーキ
5	日	☆お休み☆	
6	月	肉団子の中華あんかけ、一口がんもの煮物、白菜と平天の梅かつお和え、味噌汁	黒胡麻饅頭
7	火	稲荷寿司、セタソーメン、豚肉の塩ダレ炒め、もやしの和え物	☆願いの星☆
8	水	ポークカレー、ブロッコリーの洋風お浸し、マンゴー缶	シェルケーキ
9	木	タッカルビ、ふかしじゃがいも、大根のわさび和え、味噌汁	あんずケーキ
10	金	サラダ寿司、高野豆腐と豚肉のサイコロ煮、赤だし、フルーツ	すいかゼリー
11	土	さばの照り焼き、やっこ、いんげんと平天の白ごま和え、すまし汁	たい焼きクリーム
12	日	☆お休み☆	
13	月	海鮮焼きそば、高野豆腐と豚肉のサイコロ煮、大根とパプリカのごまドレッシング、味噌汁	紫いも饅頭
14	火	親子丼、大豆とこんにゃくの煮物、揚げなすの甘酢和え、味噌汁	チョコワッフル
15	水	白身魚の煮付け、卵の花、チンゲン菜のお浸し、味噌汁	もみじ饅頭
16	木	お好み焼き、絹揚げとグリーンピースの煮物、もやしとちりめんの和風ドレッシング、味噌汁	長崎カステラ
17	金	かれいの山椒煮、豚肉の和風炒め、小松菜のおからサラダ、味噌汁	かぼちゃ饅頭
18	土	蒸し鶏、大根と豚肉の煮物、キャベツとちくわのピリナットドレッシング、味噌汁	レモンケーキ
19	日	☆お休み☆	
20	月	銀ひらすのグリル、ベーコンと枝豆の塩バターソテー、味噌汁、ミルク寒天とフルーツ缶の盛合せ	チョコカステラ
21	火	さわらの生姜煮、キャベツと平天の炒め物、ブロッコリーのアイランドドレ和え、味噌汁	抹茶ワッフル
22	水	ビビンバ、えびシューマイ、もやしのバンバンドレサラダ、味噌汁	水ようかん
23	木	赤魚の山椒焼き、高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮、いんげんとコーンのスローサラダ、味噌汁	ココアロール
24	金	夏野菜カレー、ブロッコリーとツナの香味ドレ和え、すいかゼリー	おやつ作り
25	土	白身魚の唐揚げ、絹揚げとグリーンピースのそぼろ煮、白菜と大根葉の和え物、味噌汁	おやつ作り
26	日	☆お休み☆	
27	月	豚肉の和風炒め、かぼちゃの含め煮、味噌汁、フルーツ	ケーキ
28	火	ちらし寿司、切干大根と鶏肉の煮物、冷やし冬瓜、味噌汁	トラロール
29	水	焼き肉風、いかふくさ焼き、白菜となめこの梅和え、味噌汁	葛こごり黒みつ
30	木	越前おろしそば、豚肉と絹揚げの炒め煮、コールスローサラダ	バームクーヘン
31	金	さばの南部焼き、なすの味噌炒め、かぼちゃのサラダ、すまし汁	鯛饅頭

都合により変更する場合があります。

わかうら園デイサービスセンター