

月間献立表

令和1年7月

デイサービスセンター新橋さくらの園

		2019年7月1日(月)	2019年7月2日(火)	2019年7月3日(水)	2019年7月4日(木)	2019年7月5日(金)	2019年7月6日(土)
昼食		米飯 豚肉のマスタード焼き ブロッコリーサラダ きのこのバターソテー コンソメスープ	うめごはん 鯖の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 キャベツの辛子和え 吸い物	米飯 夏野菜カレー カリフラワーサラダ オレンジゼリー コンソメスープ	米飯 ほきのフライ 温野菜のマヨネーズグラタン なめたけおろし 味噌汁	米飯 豚肉の味噌漬け焼き ひじきと大豆の煮物 いんげんの生姜醤油 吸い物	七夕そうめん かきあげ  ちくわの磯辺揚げ 冷やし鉢 フルーツ (メロン)
	E	469kcal	434kcal	537kcal	489kcal	469kcal	500kcal
	P	17.8g	21.7g	19.5g	20.0g	23.0g	20.8g
	F	19.3g	11.3g	17.9g	15.0g	17.9g	12.1g
	S	2.5g	3.0g	2.8g	2.8g	2.8g	4.2g
		2019年7月8日(月)	2019年7月9日(火)	2019年7月10日(水)	2019年7月11日(木)	2019年7月12日(金)	2019年7月13日(土)
昼食		調理レクの日  七夕ちらし 夏野菜の ジュレサラダ 専菜味噌汁	米飯 なすのミートグラタン コールスローサラダ フルーツ (パパイア) コンソメスープ	米飯 めだいのごまだれ 肉団子とかぶの煮物 紅白なます 味噌汁	米飯 豚肉しょうが焼き ポテトサラダ コンポート (パイナップル) 味噌汁	米飯 かれいのから揚げみぞれあん えびボールの煮物 いんげんとホタテの和え物 味噌汁	米飯 牛皿 ほうれんそうとえのきののりあえ ワインゼリー 味噌汁
	E	533kcal	484kcal	465kcal	551kcal	484kcal	570kcal
	P	23.5g	16.6g	20.7g	17.2g	27.0g	24.3g
	F	9.4g	15.8g	14.4g	21.7g	13.3g	23.2g
	S	5.1g	2.3g	3.1g	2.8g	3.5g	3.2g
		2019年7月15日(月)	2019年7月16日(火)	2019年7月17日(水)	2019年7月18日(木)	2019年7月19日(金)	2019年7月20日(土)
昼食		麦とろご飯 天ぷら 大根の青じそ和え きのこけんちん汁	米飯 赤魚の粕漬け焼き 焼きなす 炒り豆腐 味噌汁	冷やし中華 しゅうまい フルーツ (パパイア)	米飯 かれいの昆布蒸しぎんあん 小松菜の辛し和え がんもと大根の煮付け 味噌汁	米飯 鶏肉の西京焼き 夏野菜のコンソメ煮 わかめとにんじんの酢の物 味噌汁	米飯 擬製豆腐 青しそのみ和え コンポート(パイナップル) 味噌汁
	E	514kcal	400kcal	541kcal	345kcal	359kcal	451kcal
	P	15.8g	24.2g	17.7g	21.5g	20.3g	21.8g
	F	12.5g	6.6g	9.5g	5.7g	6.4g	11.0g
	S	2.4g	3.2g	2.5g	2.9g	2.6g	3.4g

E:エネルギー P:タンパク質 F:脂質 S:塩分



月間献立表

令和1年7月

デイサービスセンター新橋さくらの園

		2019年7月22日(月)	2019年7月23日(火)	2019年7月24日(水)	2019年7月25日(木)	2019年7月26日(金)	2019年7月27日(土)
栄養量	E	505kcal	461kcal	437kcal	438kcal	556kcal	392kcal
	P	22.3g	15.4g	17.5g	14.3g	24.5g	20.5g
	F	17.0g	14.3g	14.6g	10.7g	17.5g	8.8g
	S	3.0g	2.0g	2.7g	3.0g	3.7g	2.2g
			2019年7月29日(月)	2019年7月30日(火)	2019年7月31日(水)		



土用の丑の日
うなちらし
おくらとわかめの酢の物
水羊羹
吸い物

栄養量	E	425kcal	522kcal	533kcal
	P	18.8g	25.3g	24.1g
	F	10.0g	25.8g	16.6g
	S	3.1g	3.3g	3.5g
			2019年7月29日(月)	2019年7月30日(火)



男性職員が利用者



に教えてもらいながら、
一生懸命です。
さすが！
きれいなひだです。



6月に調理レクは、餃子作り。
5人のベテラン主婦と、餃子初心者の男性職員と7人で、約150個の餃子を作りました。
あんは、栄養士のおうちレシピ。
豚挽き肉、大根、にらです。
みんな自分の包み方なので、いろんな顔の餃子ができあがりしました。



ホットプレートで焼いて
焼きたてをいただきました。
やっぱり焼きたてはおいしい！
と喜んでいただきました。

7月は七夕ちらしを作ります。



月間献立表

令和1年7月

.....
デイサービスセンター新橋さくらの園

