


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 青しそのみと和え 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) |
|-------------|---|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 食 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22日(月) | 2019年7月23日(火) | 2019年7月24日(水) |
|-------------|---|---------------|---------------|---------------|
| 食 養 量 | E | 505kcal | 461kcal | 437kcal |
| | P | 22.3g | 15.4g | 17.5g |
| | F | 17.0g | 14.3g | 14.6g |
| | S | 3.0g | 2.0g | 2.7g |
| | | | | |



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

