

7月 献立表



現 場：通所リハビリテーションひかり
献立種類：常食（個別献立）

期 間：2017/7/1～2017/7/31

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
昼食	祝☆開所7周年 赤飯 天ぷら盛り合わせ 豆腐の田楽 穴ざく 赤だし フルーツ	ごはん あじの竜田揚げ ぜんまいの煮物 ブロッコリーと海老の辛子和え かき玉汁	ドライカレー グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ	ごはん 鮭の南蛮漬け 五目豆 小松菜の梅肉和え 味噌汁	★☆☆☆☆ セタそうめん コーンおにぎり ゴーヤチャンプル トマトのしそ風味和え パイン 
	エネルギー 639kcal	エネルギー 551kcal	エネルギー 556kcal	エネルギー 578kcal	エネルギー 573kcal
	10	11	12	13	14
昼食	牛丼 ちくわ磯辺揚げ 大根の酢の物 味噌汁 オレンジ	ごはん 肉団子の甘酢煮 チャプチェ ほうれん草の和え物 わかめスープ	ごはん カレイのピカタ 根菜の炒め煮 ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁	ごはん チキンカツ ほうれん草のソテー カリフラワーの甘酢和え コンソメスープ	ごはん たらしの信州蒸し 揚げ出し豆腐 青梗菜の肉味噌炒め 清汁
	エネルギー 586kcal	エネルギー 599kcal	エネルギー 551kcal	エネルギー 552kcal	エネルギー 558kcal
	17	18	19	20	21
昼食	海の日	ごはん 白身魚のチリソース そら豆の卵とじ ポテトサラダ 味噌汁	ごはん とり天（大分名物） 白菜のごま和え もずく酢 味噌汁	ごはん れん根ハンバーグ 炊き合わせ ベーコンサラダ 清汁	新生姜ごはん 鱈の煮つけ かに入り卵蒸し ほうれん草の白和え 味噌汁
		エネルギー 630kcal	エネルギー 558kcal	エネルギー 591kcal	エネルギー 552kcal
	24	25	26	27	28
昼食	ごはん 牛肉とブロッコリーの中華炒め 春巻き 冬瓜のかにあん 中華スープ	* 今月の逸品 * 松山鮓 茶碗蒸し おくらのおかか和え 赤だし 桃缶	ごはん 鱈の磯辺揚げ 冷やっこ しらす和え 味噌汁	ハヤシライス 野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	ごはん チキンハニーマスタード焼き 大根とさつま揚げの煮物 フルーツサラダ 味噌汁
	エネルギー 542kcal	エネルギー 569kcal	エネルギー 592kcal	エネルギー 624kcal	エネルギー 550kcal
	31				
昼食	ごはん 鶏肉の野菜あんかけ さつま芋と切り昆布の煮物 ブロッコリーのサラダ 味噌汁				
	エネルギー 595kcal				

*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。株式会社 魚国総本社