



7月献立表 すまいるSUMAデイサービスセンター



	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
昼食			お赤飯 お吸い物 天麩羅盛合せ 冬瓜の錦糸あんかけ ほうれん草の昆布茶和え	お赤飯 お吸い物 天麩羅盛合せ 冬瓜の錦糸あんかけ ほうれん草の昆布茶和え	御飯 味噌汁 豚肉のすき煮 ピーマンの炒め物 ブロッコリーのなめたけがけ 白花豆	御飯 お吸い物 豚肉のオイスター炒め 刻み昆布の煮付け 大根の青しそ風味 生姜高菜
間食			クッキー	クッキー	ロールケーキ (チョコ)	グレープゼリー (カップ)
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	御飯 お吸い物 アジの味噌煮 焼きビーフン 平いんげんのオーロラソース和え のりの佃煮	御飯 味噌汁 豚肉の甘辛炒め 高野豆腐の含め煮 オクラの梅和え 野沢菜昆布	御飯 味噌汁 メバルのレモン蒸し 白菜とハムの炒め 茄子の旨塩和え かっぱ漬・赤	御飯 味噌汁 トマトメンチ&ヒレカツ れんこんの煮物 アスパラサラダ 桜大根	ちらし寿司 お吸い物 茶碗蒸し 紅白さつまの炊き合わせ いんげんのピーナツ和え	ちらし寿司 お吸い物 茶碗蒸し 紅白さつまの炊き合わせ いんげんのピーナツ和え
間食	どら焼き	フレンチクーラー	ココアワッフル	いちごゼリー (カップ)	ロールケーキ (バニラ)	ロールケーキ (バニラ)
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	御飯 味噌汁 ブリの照り煮 ズッキーニのカレー炒め 里芋の明太マヨ和え きくらげごま昆布	菜飯 味噌汁 鮭の有馬焼き 刻み昆布の炒り煮 かぶとハムのサラダ うぐいす豆	御飯 お吸い物 ささみフライ&ホタテカツ 竹輪と里芋の煮物 春菊の高菜和え ふりかけ	御飯 お吸い物 ささみフライ&ホタテカツ 竹輪と里芋の煮物 春菊の高菜和え ふりかけ	御飯 味噌汁 鶏肉のオーロラソースがけ 大根とあげの煮物 しろ菜の生姜風味 のりの佃煮	御飯 味噌汁 鶏肉のオーロラソースがけ 大根とあげの煮物 しろ菜の生姜風味 のりの佃煮
間食	和のパンケーキ (きなこ&黒糖)	りんごゼリー (カップ)	ピーナツパン	ピーナツパン	プリン (カップ)	プリン (カップ)
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	御飯 お吸い物 白身魚のバター醤油焼き ごぼうの炒り煮 ブロッコリーのマリネ つば漬	御飯 味噌汁 チキン南蛮風 さつま芋のコンソメ煮 オクラのピーナツ和え 栗唐割干	御飯 お吸い物 さわらの煮付け ピーマン炒め いんげんのサラダ きくらげしそ昆布	バターコーンライス 肉団子入りラタトゥイユ風 マカロニツナサラダ フルーツ	御飯 スープ ポークソテー ズッキーニの洋風煮 かぼちゃの胡麻酢和え 生姜高菜	★お楽しみ献立★ うな玉井 お吸い物 冬瓜の冷やし鉢 胡瓜の酢の物
間食	まんじゅう	鍋焼き	もっちパン (チョコチップ)	メープルパンケーキ	甘納豆&せんべい	オレンジゼリー (カップ)
	27日	28日	29日	30日	31日	
昼食	★お楽しみ献立★ うな玉井 お吸い物 冬瓜の冷やし鉢 胡瓜の酢の物	御飯 お吸い物 豚肉の味噌炒め 里芋の煮ころがし 平いんげんの胡麻和え 野沢菜昆布	御飯 味噌汁 サーモンマヨフライ&コロッケ 刻み昆布の炒り煮 もやしのザーサイ和え 金時煮豆	御飯 中華スープ 豚肉のブルコギ風炒め えびしゅうまい 菜の花のナムル しその実漬・赤	御飯 味噌汁 厚揚げのそぼろあん 金平ごぼう きゅうりともずく酢 菜々しば	
間食	オレンジゼリー (カップ)	カステラドーナツ	ロールケーキ (コーヒー)	プリン (カップ)	抹茶まんじゅう	



一口メモ

- 七夕は、
 ①元々日本の神事であった「棚機 (たなばた) 」
 ②おりひめとひこぼしの伝説
 ③奈良時代に中国から伝来した「乞巧奠 (きこうでん) 」
 という3つの行事が合わさったものといわれています。



新食材

【22日：もっちパン (チョコチップ) 】
 ガーナ産カカオマスのスイートチョコレートを使用した、甘みとほんのリピーターな生地にチョコチップが練りこまれもっちりパンです。



予定献立につき変更の場合がございます。予めご了承ください。