

# 令和 3 年 7 月 献立表

デイサービスセンター美鈴ヶ丘

日	月	火	水	木	金	土
				7月1日(木)	7月2日(金)	7月3日(土)
				赤飯 鶏肉と厚揚げの山椒煮 吸物 青梗菜のソテー 山芋の酢物	御飯 鱈の煮つけ あおさ汁 ピーマンのじゃこ炒め かくや和え	御飯 玉ねぎ入りとんかつ 吸物 けんちん煮 ゆかり和え
7月4日(日)	7月5日(月)	7月6日(火)	7月7日(水)	7月8日(木)	7月9日(金)	7月10日(土)
<b>休館日</b>	御飯 カレイのポテト焼き 吸物 肉ごぼう オクラのおかか和え	<small>茄子と挽肉のカレー(非常食御飯)</small> チャンプルー コールスローサラダ 杏仁フルーツ 漬物	<b>休館日</b>	御飯 白身魚の磯香フライ 吸物 がんも煮 浅漬け	御飯 豚しゃぶの胡麻たれ 吸物 糸こんの甘辛煮 豆入りポテトサラダ	御飯 鮭のレモン蒸し 豚汁(非常食) 厚揚げのおろし煮 しらす和え
7月11日(日)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)	7月15日(木)	7月16日(金)	7月17日(土)
<b>休館日</b>	コーン御飯 ホッケの磯部焼き 吸物 豚肉と白菜のとろっと煮 ゴーヤサラダ	御飯 大豆入りハンバーグ 吸物 大根の旨煮 小松菜のごま和え	<b>休館日</b>	御飯 白身魚のチーズパン粉焼き 吸物 鶏ごぼう煮 甘夏和え	いなり寿司 赤だし 南瓜のそぼろ煮 お浸し 煮豆	御飯 友禅蒸し 吸物 マカロニケチャップ炒め 酢味噌和え
7月18日(日)	7月19日(月)	7月20日(火)	7月21日(水)	7月22日(木)	7月23日(金)	7月24日(土)
<b>休館日</b>	御飯 油淋鶏(ユーリンチー) 吸物 じゃが芋の白胡麻煮 オクラの和えもの	御飯 アジの香味焼き 豚汁(非常食) 高野豆腐の煮物 大根サラダ	<b>休館日</b>	御飯 鯖の竜田焼き 吸物 根菜煮 <small>ピーナッツ和え(ナッツの日)</small>	御飯 冬瓜と豚肉の煮物 吸物 <small>青梗菜と厚揚げのオイスター炒め</small> 里芋とツナのサラダ	赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し なます ケーキ
7月25日(日)	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)
<b>休館日</b>	御飯 カレイの冷製トマトソースかけ 吸物 ごぼうの旨煮 とろろ昆布和え	御飯 鶏肉のマスタード焼き 吸物 ひじき入り炒り豆腐 青梗菜のナムル	<b>休館日</b>	御飯 鶏と里芋のゆずみつ照り煮 吸物 野菜の子まぶし 梅なめ茸和え	シーフードカレー こんにゃくの旨煮 彩りサラダ フルーチェ 漬物	御飯 鮭のバター醤油焼き 吸物 冬瓜とかにの煮物 そばサラダ
旬 の 食 材						
オクラ、南瓜、胡瓜、冬瓜、ゴーヤ、鰻、スズキ、太刀魚						