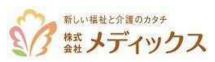
デイサービスなでして 1週間の献立

2024年



7月15日 7月21日

	日	15	16	17	18	19	20	21
	曜日	月	火	水	木	金	土	日
								お休み
昼	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	カレーライス	お休み
	副食	冷やし肉うどん	マダラの甘酢あ んかけ	チキン南蛮	回鍋肉	鮭の和風ムニエル	唐揚げ (2ケ)	
		ひじきの煮物		ジャガイモと挽 肉の炒め物	コロッケ	青菜のごま和え	サラダ	
		ポテトサラダ	サラダ	大根の甘酢漬け	ひじきの煮物	大根サラダ		
		スイカ (かとれ あ畑で収穫)		コンソメスープ ヨーグルト			杏仁豆腐	

※予定していた献立の内容が変わる場合もございます。ご了承くださいませ。

【ひとくちコメント】

先週は梅雨前線がもどり、雨が強く降ったり、雷が鳴るなど不安定なお天気でし た。今週あたりはそろそろ梅雨の終わりに差し掛かってきそうですね。お隣の有料 老人ホームの畑では、きゅうりがたくさん採れています。きゅうりにはあまり栄養 が無いと思われていますが、カリウムなどのミネラルを多く含んでいます。何よ り、大半が水分で、暑い時期に水分補給をするのにはうってつけの夏野菜です。調 理して、デイサービスの皆さんへもおすそ分けをしたいと思います。また、畑の小 玉スイカもお出ししますのでお楽しみに。

