

デイサービスなてしこ

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 副食	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	カレーライス
		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	高野豆腐の煮物	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)	卵スープ パイナップル	コンソメスープ ヨーグルト	わかめスープ オレンジ	中華スープ ヨーグルト和え	杏仁豆腐

お休み

※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っております。また、畑の小玉スイカもお出ししますのでお楽しみに。

