



長谷川病院デイケアセンター献立表

月	火	水	木	金	土
				1日 ★さっぱり中華★ ご飯 鱈の黒酢ソース炒め 凉拌鶏絲 れんこんのきんぴら みそ汁 フルーツ杏仁	2日 ★I LOVE JAPAN!!! ★ グリーンピースご飯 鶏天 豆腐ステーキmini きゅうりの漬物 みそ汁 果物
				お米のタルト	いちごクレープ
				エネルギー：836kcal タンパク質：28.1g	エネルギー：834kcal タンパク質：33.2g
4日 ★駅弁物語★ 峠の釜飯 野菜炊き合わせ すまし汁 季節の果物	5日 ★エスニックランチ★ ガバオライス 夏野菜のサラダ 小松菜炒め もやしスープ 季節のフルーツ	6日 ★めんそーれ沖縄★ 沖縄そば風 クープライチー 薬膳冷ややっこ パイナップル	7日 ★野菜たっぷりデー★ ★ ご飯 中華旨煮 枝豆ふくら揚げ セロリずっきり和え 中華スープ 季節の果物	8日 ★一番おいしいのは★ ふつうのカレー 人參のマリネサラダ コンソメスープ 季節の果物	9日 ★もちもちジュース★ 炊き込みおこわ 揚げだし豆腐野菜あん きゅうりとわかめ梅和 みそ汁 季節の果物
水まんじゅう	シューフルーツ	和のパンケーキ	2色羊羹	ココアワッフル	今川焼
エネルギー：805kcal タンパク質：24.8g	エネルギー：882kcal タンパク質：32.1g	エネルギー：871kcal タンパク質：31.1g	エネルギー：810kcal タンパク質：31.2g	エネルギー：800kcal タンパク質：22.8g	エネルギー：830kcal タンパク質：31.7g
11日 ★カッとジュース★ ご飯 なすのはさみ揚げ きゅうりの梅かつお 和 夏野菜ソテー みそ汁 季節の果物	12日 ★夏においしい★ ジャージャーうどん きのこと揚げだし豆腐 ズッキーニの漬物 にら玉スープ 季節の果物	13日 ★ふくらパンの日★ 3種のパン 畑のハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ 季節のフルーツ	14日 ★ほっこりおいしい★ ★ 麦ごはん 鮭の塩麹漬焼き 具たくさん！豚汁 レタスの中華和え 刻昆布の煮物 はちみつレモンゼ	15日 ★千葉県民の日♪★ あざりと窓の深川飯 高野豆腐の煮物 夏野菜天ぷら すまし汁 県民の日デザート♪	16日 ★チャイニーズランチ★ ご飯 黒酢酢鶏 オクラと豆腐サラダ 木耳と卵のスープ 季節の果物
原宿ドッグ	おさつ蒸しパン	おはぎ	シベリア	たいやき	マーブル蒸しパン
エネルギー：776kcal タンパク質：25.4g	エネルギー：733kcal タンパク質：28.5g	エネルギー：869kcal タンパク質：31.8g	エネルギー：800kcal タンパク質：32.5g	エネルギー：733kcal タンパク質：28.5g	エネルギー：818kcal タンパク質：31.1g
18日 ★韓流定食★ ご飯 本格♪チャプチェ えび海鮮餃子 冬瓜のくず煮 中華スープ 季節のフルーツ	19日 ★夏の夕メシ★ 夏のうな丼 なすの梅生姜和え 焼！ズッキーニ お吸い物 季節の果物	20日 ★さっぱり唐揚げ★ 山菜御飯 赤魚唐揚げ 枝豆しんじょ炊合せ えびと春雨の炒め物 すまし汁 フルーツミックス	21日 ★シンガポール♪★ 海南鶏飯(ハッケン)♪ もやしの彩りナムル コンソメスープ 季節のフルーツ	22日 ★こっくり和定食★ 十五穀米 豚肉のみそくわ焼き 三目煮 いんげん焙煎ごま和え すまし汁 季節の果物	23日 ★野菜いろいろ♪ ★ ご飯 アジの野菜あんかけ ほうれん草のお浸し 湯豆腐 夏野菜のみそ汁 季節の果物
ブルーベリークレープ	スイートポテト	黒糖まんじゅう ミニ大福	もみじまんじゅう	小豆抹茶羊羹	生どら焼き
エネルギー：760kcal タンパク質：26.6g	エネルギー：751kcal タンパク質：30.3g	エネルギー：783kcal タンパク質：31.5g	エネルギー：795kcal タンパク質：28.2g	エネルギー：855kcal タンパク質：46g	エネルギー：790kcal タンパク質：39.9g
25日 ★和デリメニュー★ ご飯 鶏肉照り焼き きんぴらごぼう 蒸し茄子の辛子漬風 すまし汁 季節の果物	26日 ★夏定食★ 青豆ご飯 かいの揚げおろし煮 中華風炒め 青菜のごま和え みそ汁 季節の果物	27日 ★夏空メニュー★ 夏野菜のキーマカレー 水菜のサラダ キャベツとパプリカのスープ 季節のフルーツ	28日 ★ボンジョルノ～★ ご飯 ミラノ風カツレツ カボナータ コンソメスープ 白桃のコンポート	29日 ★宮崎名物★ ご飯 チキン南蛮 野菜のコンソメ煮 トマトアスパラサラダ オクラのスープ マンゴー	30日 ★華☆御膳★ ご飯 金目鯛のグリル 10品目サラダ 南瓜のいとこ煮 みそ汁 季節の果物
抹茶のケーキ	シフォンケーキ	和♪ホットケーキ	水ようかん	りんごのタルト	エクレア
エネルギー：792kcal タンパク質：33.3g	エネルギー：769kcal タンパク質：31.1g	エネルギー：888kcal タンパク質：33.7g	エネルギー：831kcal タンパク質：30.4g	エネルギー：770kcal タンパク質：36.5g	エネルギー：773kcal タンパク質：32.4g