

◆ 希望苑 デイサービス6月献立表 ◆

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
カレーうどん キャベツの和え物 ぶどう豆 バナナ	開化丼 辛子和え 味噌汁（里芋・わかめ） 黄桃（缶）	ご飯 白身魚のカレームニエル キャベツの洋風煮 味噌汁（ジャガイモ・わかめ） 漬物 フルーツカクテル	三色丼 ほうれん草としらすのお浸し 味噌汁（豆腐・わかめ） バナナ	ご飯 赤魚の煮付け 大根と春雨の炒め物 味噌汁（わかめ・麴） 漬物 パイন（缶）	ハヤシライス コールスローサラダ ワカメと豆腐のスープ フルーツサラダ
黒糖まんじゅう	ホットケーキサンド	ドームケーキ（カスタード	ロールケーキ	ヨーグルトゼリー	黒糖かん
Iﾁﾔ* - 134kcal 蛋白質 9.3g 脂質 3.7g 食塩 0.8g	Iﾁﾔ* - 562kcal 蛋白質 21.8g 脂質 16.8g 食塩 4.1g	Iﾁﾔ* - 484kcal 蛋白質 24.6g 脂質 8.4g 食塩 3.9g	Iﾁﾔ* - 529kcal 蛋白質 22.6g 脂質 10.2g 食塩 4g	Iﾁﾔ* - 502kcal 蛋白質 25g 脂質 10.1g 食塩 2.4g	Iﾁﾔ* - 578kcal 蛋白質 18.5g 脂質 21.7g 食塩 3g
9	10	11	12	13	14
あじさい五色丼 茶碗蒸し ほうれん草としめじのお浸し 吸物（はんぺん・こまつな） ゴールドキウイ	なめこおろしそば ふくさたまご 煮豆 バナナ	オムライス コールスローサラダ コーンスープ フルーツヨーグルト	ご飯 焼き鮭のおろし煮 きんぴらごぼう 味噌汁（里芋・こまつな） 漬物 パイン（缶）	ご飯 ポーク焼き肉 さつま揚げときゅうりの酢の物 味噌汁（大根・長ネギ） 漬物 みかん（缶）	チャーハン エビチリ ワカメスープ 杏仁豆腐（ソフト
バームクーヘン	カステラ	吹雪まんじゅう	フルーツゼリー	クレープ	水ようかん（栗
Iﾁﾔ* - 558kcal 蛋白質 30.9g 脂質 16.2g 食塩 4.8g	Iﾁﾔ* - 585kcal 蛋白質 23.1g 脂質 6.2g 食塩 3.3g	Iﾁﾔ* - 657kcal 蛋白質 19.8g 脂質 23.3g 食塩 2.7g	Iﾁﾔ* - 464kcal 蛋白質 19.7g 脂質 10.2g 食塩 3.5g	Iﾁﾔ* - 517kcal 蛋白質 21g 脂質 17g 食塩 3.1g	Iﾁﾔ* - 489kcal 蛋白質 25.6g 脂質 7.2g 食塩 5g
16	17	18	19	20	21
ご飯 サバとごぼうの味噌煮 和え物 かき玉汁 漬物 パイン（缶）	ご飯 ミートローフ 切干大根の煮物 味噌汁（小松菜・長ネギ） 漬物 洋ナシ（缶）	ご飯 白身魚の黒酢あん がんもの含め煮 味噌汁（ほうれん草） 漬物 黄桃（缶）	冷やし中華 なすそぼろ煮 杏仁豆腐（ソフト	ご飯 黒ムツの煮付け 野菜炒め 味噌汁（白菜・卵） 漬物 バナナ	ご飯 自家製ポテトコロッケ 小松菜と人参のめた かき玉汁 漬物 みかん（缶）
カステラ	ババロリア	水ようかん(日食	ホットケーキサンド	よもぎまんじゅう	ロールケーキ
Iﾁﾔ* - 546kcal 蛋白質 25.4g 脂質 14.8g 食塩 3.5g	Iﾁﾔ* - 608kcal 蛋白質 23.4g 脂質 20.6g 食塩 3.8g	Iﾁﾔ* - 490kcal 蛋白質 19g 脂質 7.9g 食塩 3.3g	Iﾁﾔ* - 594kcal 蛋白質 25.3g 脂質 16g 食塩 2.8g	Iﾁﾔ* - 563kcal 蛋白質 25g 脂質 15.5g 食塩 4.3g	Iﾁﾔ* - 588kcal 蛋白質 19.3g 脂質 16.2g 食塩 2.3g
23	24	25	26	27	28
ご飯 手作りヒレカツ ほうれん草のごま和え 味噌汁（ジャガイモ・玉葱） 漬物 みかん（缶）	重箱弁当	セレクトメニュー A) ミックスサンド B) スパゲティーナポリタン ブロッコリーのサラダ ミネストローネスープ フルーツカクテル・アップルティー	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 里芋のにっころがし 味噌汁（豆腐・油揚げ） 漬物 洋ナシ（缶）	旭川ラーメン 焼き餃子 杏仁豆腐（ソフト	ご飯 鶏のパン粉焼き 洋風煮合わせ 味噌汁（かぶ） 漬物 パイン（缶）
黒糖ふかし		プリン	クリームサンド	小麦まんじゅう	バームクーヘン
Iﾁﾔ* - 623kcal 蛋白質 30.2g 脂質 13.5g 食塩 3.1g	Iﾁﾔ* - 717kcal 蛋白質 25.1g 脂質 19.8g 食塩 4.4g	Iﾁﾔ* - 211kcal 蛋白質 7.3g 脂質 6.8g 食塩 0.8g	Iﾁﾔ* - 568kcal 蛋白質 23.3g 脂質 17.7g 食塩 3.1g	Iﾁﾔ* - 156kcal 蛋白質 4.5g 脂質 3.9g 食塩 0.6g	Iﾁﾔ* - 532kcal 蛋白質 21g 脂質 18.7g 食塩 3.2g
30					
ご飯 メバルの山路焼き 揚げ出し豆腐 味噌汁（小町ふ・玉葱） 漬物 バナナ					
ホットケーキサンド					
Iﾁﾔ* - 616kcal 蛋白質 25.8g 脂質 19.9g 食塩 3.4g					

＊仕入れ等の都合により、献立を変更する場合があります。