



# 厨房物語

介護老人保健施設  
ニューライフ芙蓉

夏といえば皆さんは何を思い浮かべますか??私は美味しいかき氷が食べたいなあ、出不精な私の事だから食べたいなあ、と思うだけでスーパーで売っているシャビィというかき氷で今年も終えそうな予感…話は変わって夏は喉が渴いていなくても熱中症は起こります。こまめにスポーツドリンク等で水分補給をして対策をしていきましょうね♪♪

令和2年 7月 テイケア (通所)ハビリテーション 予定献立



日	曜	行事	予定献立	おやつ
1	水		ごまだれ豚しゃぶ・人参の子和え・小松菜のからし和え・ヤクルト	チップスター
2	木		エビカツ・キャベツの油炒め・菜の花の塩昆布和え・しばわかめ	レアチョコケーキ
3	金		和風おろしハンバーグ・魚肉とセロリのソテー モロヘイヤのなめ茸和え・牛乳	水ようかん
4	土		赤魚みりん焼き・里芋のそぼろ煮・きゅうりと竹輪の梅肉和え のり佃煮	かぼちゃぷりん
5	日		お休み	
6	月		ビーフカレー・ツナとアロココリーのサラダ・桃ヨーグルト 野菜ジュース	牛乳かん
7	火		冷やしそうめん・大根きんぴら・塩辛昆布・かぼちゃサラダ	和菓子 願いの星
8	水		ほっけのみりん焼き・かぼちゃの甘煮・白菜の味よし和え・ごま昆布	フルーツ (ピーチ)
9	木		豚肉の生姜焼き・卵みそ・長芋のゆかり和え・りんごジュース	スイスロール
10	金		おろしソースの鯖ソテー・キャベツと角天の炒め モロヘイヤのおかか和え・みかん缶	栗かすてら饅頭
11	土		舌平目のあんかけ・なすとひき肉の炒め・ところ天サラダ スナックエンドウのお浸し	2つのプチシュー
12	日		お休み	
13	月		エビピラフ・わかめスープ・さつまいもサラダ・洋梨缶・ジョア	チョコロールケーキ
14	火		鶏の塩唐揚げ・大根のカニ風味あんかけ・チンゲンサイのお浸し かつおフレーク	いちごショート
15	水		バラ焼き・茄子のみそ炒め・めかぶ酢・しそ豆腐	黒ゴマのケーキ
16	木		冷やし中華・ふきとひき肉の炒め・オクラとなめこのお浸し ポテトサラダ	黒糖水まんじゅう
17	金	★ <b>選択食</b> ★	A:サーモンの塩焼き・しらたきのたらこ炒め・刺し草のごま和え・パイ缶 B:パイの盛り合わせ・ピザの卵ソース・海鮮ワンタンスープ・パイ缶	フルーツ (オレンジ)
18	土	★	さっぱり蒸し鶏・アスパラと魚肉の炒め・和風白菜サラダ・いそっこ	プリン
19	日		お休み	
20	月		かに玉・チンゲンサイの塩炒め・もやしのナムル・白桃缶	ゆめヨーグルト
21	火	土用丑の日	ひつまぶし・茄子の揚げ浸し・ところ天・みかんジュース	土用餅風生和菓子
22	水		赤魚の味噌焼き・小松菜の煮浸し・玉葱となめ茸の和え物・正油昆布	抹茶ミルク
23	木	海の日	ハヤシライス・水菜とハンパンのサラダ・黄桃缶・ヤクルト	和菓子 海開き
24	金	緑の日	おひょうのあんかけ・鯖のいとこ煮・白菜の酢みそ和え・ヨーグルト	原宿ドッグ (メプル)
25	土		中華風炒り卵・チンゲンサイの煮浸し・人参のナムル・しそ昆布	ペアシュークリーム
26	日		お休み	
27	月		とんかつ・大根のえびしそ炒め・ほうれん草のお浸し・野菜ジュース	人形焼き
28	火		舌平目のタルタルソースがけ・アロココリーとベーコン炒め 春雨サラダ・ジュース	スイスロール
29	水		ハンバーグのんにく醤油がけ・ビーフン炒め・中華くらげの和え物 牛乳	ポテトチップス
30	木		銀ひらすのゆずみそ焼き・肉もやし炒め・玉葱の卵サラダ・りんご煮	★お好みおやつ★
31	金		豚肉の炒め・煮豆・きゅうりの酢みそ和え・ヤクルト	原宿ドッグ (チーズ)

普段は全ての日にみそ汁と漬物がついています。止おを得ず変更する場合がありますがご了承下さい。