

# 外旭川デイサービスセンター いぶき

# 7月のメニュー

※都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。



		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
		ホキの磯辺焼き 揚げ茄子の ポン酢かけ 里芋の煮物 フルーツ	豚肉の ジンギスカン風 オクラの おかか和え 金時豆 フルーツ	鶏肉の漬け焼き 春雨サラダ 冷奴 フルーツ  <b>おやつ・・・ピーチゼリー</b>	チキン南蛮 菜の花の磯和え ところてん フルーツポンチ
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
チキンカレー カリフラワーの サラダ コンソメスープ フルーツ  <b>*おやつ... 七夕デザート</b>	ちらし寿司 そうめん汁 豆腐の肉味噌かけ ほうれん草の 胡麻和え フルーツ  <b>*おやつ... 七夕デザート</b>	八宝菜風 えび入り焼売 南瓜の甘煮 漬物	赤魚の漬け焼き 冬瓜のそぼろ煮 オクラのお浸し ヨーグルト和え	鱈の胡麻味噌焼 さつま芋の煮物 チンゲン菜の 磯和え フルーツ  <b>おやつ・・・ミニクレープ</b>	菜飯 豆腐ハンバーグ 里芋の煮物 もやしの和え物 フルーツ
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
鯆の揚げ煮 白菜の和え物 マカロニサラダ 漬物	鯖の漬け焼き もやしの中華炒め 金時豆 フルーツ	白身魚フライ 冬瓜の かにあんかけ わかめの酢の物 フルーツ	豚肉と茄子の 中華炒め キャベツの 胡麻和え 薩摩芋きんとん 漬物	鶏肉の オイスター炒め 揚げ茄子の おろしかけ ところてん フルーツ <b>おやつ・・・どら焼き</b>	筑前煮 白菜の和え物 卵豆腐 フルーツ
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
豚肉の炒め物 春雨サラダ えび入り焼売 フルーツ	ミートコロッケ 厚揚げの味噌炒め オクラおかか和え フルーツ	夏野菜カレー ブロッコリーの サラダ コンソメスープ フルーツポンチ	ゆかりご飯 ブリの煮付け なめ茸和え 揚げ茄子の 甘味噌かけ フルーツ	うなぎちらし 焼き茄子 ほうれん草の 和え物 すまし汁 ヨーグルト和え <b>おやつ・・・プリン</b>	鱈の磯辺焼き ビーフン炒め 冬瓜の かにあんかけ フルーツ
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
赤魚の揚げ煮 ほうれん草の 胡麻和え 焼き茄子 漬物	鯖の味噌煮 菜の花の和え物 南瓜の甘煮 漬物	鮭のフライ 金平ごぼう ほうれん草の 磯和え フルーツ	ハンバーグ スパゲッティ サラダ ほうれん草の 煮浸し フルーツ <b>おやつ・・・やわらかおかき</b>	親子煮 いんげんの炒め物 カリフラワーの サラダ フルーツ	

## お問い合わせ先

秋田市外旭川字鳥谷場136  
TEL 018-868-5415  
FAX 018-868-5416

## 【レクリエーション】

- 7/1 ~ 4 暑さに負けるなゲーム
- 6 ~ 11 天の川ゲーム
- 13 ~ 18 風鈴ゲーム・誕生会
- 20 ~ 25 波乗りゲーム
- 27 ~ 8/1 土用の丑ゲーム

【演芸】【外出】随時