

長谷エシニアウェルデザインーブランシエールケア常盤台

		2025年6月29日(日)	2025年6月30日(月)	2025年7月1日(火)	2025年7月2日(水)	2025年7月3日(木)	2025年7月4日(金)	2025年7月5日(土)
朝食	和食	ご飯 筑前煮 白菜ごまあえ 味噌汁	ご飯 焼きさつま揚げ 野菜サラダ 味噌汁	ご飯 生揚げきのこ炒め 大根ゆかり和え 味噌汁	ご飯 竹輪・半ペン煮物 納豆 味噌汁	ご飯 さんま醤油煮 中華和え 味噌汁	ご飯 がんも煮物 ほうれん草ピーナッツ和え 味噌汁	ツナサンド サラダ 青菜スープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
	洋食	食パン 目玉焼き スープ	食パン 温玉野菜サラダ スープ	食パン 生揚げきのこ炒め スープ	食パン ミネストローネ風 ひじきのサラダ	食パン チキンサラダ スープ	食パン ほうれん草とスクランブルエッグ スープ	ツナサンド サラダ 青菜スープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
昼食	昼食	チャーハン おくらささみのポン酢和え フルーツゼリー 中華スープ お新香	SPランチ	ご飯 さわらの煮付け じゃが芋スープ煮 お浸し 吸い物 お新香	ご飯 麻婆豆腐 サラダ 茄子の冷やし鉢 スープ お新香	ご飯 メダイ漬け焼き 焼きビーフン 海藻サラダ 味噌汁 お新香	冷やし中華 白菜そぼろ煮 イチゴプリン お新香	ご飯 鯖のピリ辛味噌煮 野菜炒め ゴマよごし 吸い物 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
	夕食	ご飯 鶏の照り焼き かぶスープ煮 春雨和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 ブリ塩焼き 八宝菜 胡瓜味噌和え 吸い物 デザート (お饅頭)	赤飯 鶏の唐揚げみぞれ和え 根菜の炒め煮 おかか和え 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 刺身盛り合わせ ふくさ煮 トマトサラダ 吸い物 デザート (人形焼き)	ごはん ハッシュドビーフ かぼちゃ煮物 コーンサラダ スープ デザート (果物)	ご飯 アジの梅しそ焼き 炊き合わせ もやしナムル 吸い物 デザート (果物)	ご飯 豚肉柳川 スパゲティサラダ 酢の物 味噌汁 デザート (ドーナツ)
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩

献立は予告無く変更することがあります。

～夏野菜～夏野菜と言えば、トマトやきゅうり、なすなど色鮮やかな野菜が思い浮かぶと思います。旬の野菜ほど水分量と栄養素が豊富に含まれています！ぜひ食材からも季節を味わってください！

各グループリビングでお食事の方のデザートは15時になります。

