

2017年7月

7月献立表

食材の関係でメニューは変更になる場合があります。  
ご了承ください！ TEL 729-0422

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31 鯖のトマトカレー焼き 五日金平 焼き茄子 おすまし フルーツ(すいか) 516kcal塩分3.3g					1 赤飯 天ぷら 煮物 酢の物・煮豆 おすまし フルーツ(メロン) 567kcal塩分2.9g
3 むつの煮付け 田楽 南瓜のバター焼き 味噌汁 苺ヨーグルト 574kcal塩分2.9g	4 回鍋肉 春雨サラダ なめ苺豆腐 中華スープ フルーツ(バナナ) 524kcal塩分2.7g	5 鮭のムニエル 茄子と竹輪の煮物 オクラのポン酢和え 味噌汁 ヤクルト 482kcal塩分2.4g	6 蒸し鶏の ごま味噌がけ 冬瓜の蟹あんかけ 隠元の山葵和え おすまし フルーツ(パイナップル) 467kcal塩分2.5g	7 七夕 ★ お楽しみ メニュー ★ 471kcal塩分2.9g	8 鶏肉の生姜醤油 ドレッシング 煮物 オクラのおかか和え 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 577kcal塩分3.7g
10 パン 鶏肉のホイル焼き ジャーマンポテト ブロッコリーのマヨ卵 コーンスープ フルーツ(オレンジ) 581kcal塩分3.6g	11 鮭の照り焼き 煮物 隠元のわさび和え 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 521kcal塩分3.4g	12 野菜の肉巻き 切干し大根煮 ほうれん草の なめ苺和え おすまし フルーツ(メロン) 499kcal塩分2.3g	13 生姜ご飯 赤魚の煮付け 肉じゃが ザーサイ奴 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 510kcal塩分3.5g	14 ハンバーグ イタリアンサラダ 長芋の和え物 おすまし フルーツ(オレンジ) 519kcal塩分2.3g	15 鰯のイタリア風 五目豆 浅漬け 味噌汁 フルーツ(バナナ) 464kcal塩分2.2g
17 鯖の味噌煮 五色なます 薩摩芋の甘煮 きのこ汁 パナナヨーグルト 569kcal塩分2.8g	18 ドライカレー グリーンサラダ コンソメスープ フルーツ(スイカ) 441kcal塩分2.5g	19 揚げ鱈の香味ソース 炒り煮 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 484kcal塩分2.7g	20 焼売 五日春雨炒め ひじきの煮物 中華スープ ヤクルト 481kcal塩分2.4g	21 生姜ご飯 むつの照り焼き 煮物 隠元の辛子和え 味噌汁 苺ヨーグルト 514kcal塩分3.4g	22 鶏肉の味噌漬け焼き マカロニサラダ ほうれん草の 海苔和え おすまし フルーツ(オレンジ) 495kcal塩分1.9g
24 ピーマンの肉詰め カレー煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 553kcal塩分2.7g	25 ひつまぶし 茶碗蒸し 土用の 即席漬け 薩摩芋のオレンジ煮 おすまし フルーツ(メロン) 丑 フルーツ(メロン) 517kcal塩分2.8g	26 生姜ご飯 鶏肉の塩焼き おろしポン酢風味 ピーナッツ和え 味噌汁 苺ヨーグルト 544kcal塩分3.3g	27 赤魚の粕漬け焼き 煮物 めかぶとろろ 味噌汁 フルーツ(すいか) 465kcal塩分2.6g	28 スパゲティナポリタン ミモザサラダ さつま芋のレモン煮 コンソメスープ フルーツ(オレンジ) 557kcal塩分3.3g	29 鮭のマヨネーズ焼き 茄子とピーマンの 和風炒め 胡瓜とザーサイ の和え物 味噌汁・パイナップル 496kcal塩分2.4g



# 2017年7月 湧和通信

## 7月通所介護月間予定表

発行責任者  
 特定非営利活動法人 湧和  
 理事長 湯田 カズ子  
 2017年7月1日

月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">7月1日~7日まで七夕週間です!</div> </div>					1 習字 (神林)
3 紙工作 (静枝) 音楽療法 (小金澤) 誕生会	4 ハーモニカ (大西・湘南レディース) 習字 (阿部) 誕生会	5 花遊び 誕生会	6 絵手紙 (浅野)	7 習字 (伊東) 朗読 (湯田) 午前	8
10 紙工作 (静枝)	11 習字 (阿部) 折り紙 (茅根)	12 オカリナ (里音・リオン) 習字 (宇波) 誕生会	13 習字 (藤)	14 習字 (高澤) ギター (中里) 水彩画 (大西)	15 ハーモニカ (大西) 習字 (神林)
17 紙工作 (静枝) 音楽療法 (小金澤) 誕生会	18 音楽クラブ(大木) 習字 (阿部)	19 歌の広場 (リフレッシュクラブ)	20 絵手紙 (浅野)	21 習字 (高澤) 朗読 (湯田) 午前 音楽クラブ(大木) 誕生会	22 大正琴 (宮崎) 誕生会
24 紙工作 (静枝) 音楽療法 (小金澤)	25 習字 (阿部) ギター (中里)	26 大正琴 (鈴木) 短歌 (小川)	27 音楽クラブ (大木) 習字 (藤)	28 習字 (高澤) 水彩画 (大西)	29 お話の会 (みみずくも)
31 紙工作 (静枝) 誕生会					

夏です！湿度があり暑い日が続きますね。  
 すいあぐでつ (・\_・;)   
 湧和の庭に咲いている花や樹は元気に頑張っています。室内には皆さんが作った、立派な紫陽花が咲いていますね。花の中にカエルやカタツムリが遊んでいますよ。全部で何匹いるでしょうか覗いてみてください！  
 『7月の予定お届けします』

