2026

デイサービス ゆかり

7月の献立予定表

日	月	火	水	木	金	土
◎食べられない食材がある場合は、 お気軽にお申し付けください。 ※メニューは変更になる場合がございます。			1 ギョウザ 切り干し大根 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	2 鯖の南蛮漬け 高野豆腐煮 コールスローサラダ スープ フルーツ/漬物	3 ホイコーロー にんじんしり 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	4 鶏南蛮 南瓜の煮物 なめこ和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
5 休み	6 焼魚(ほっけ) ひじき煮 ごま和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	7 三色ちらし オクラの肉巻き マリネ 吸い物 フルーツ/漬物	8 豚の生姜焼き きんぴら なめ茸和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	9 とり天 煮　物 茄子の揚げびたし ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	10 煮込みハンバーグ 仙台麸の煮物 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	11 お楽しみメニュー
12 休み	13 お楽しみメニュー	14 煮魚(赤魚) 煮　物 カボチャサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	15 ほっけの竜田揚げ 生揚げとチンゲン菜の煮物 しらす和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	16 焼魚(サバ) 煮　物 甘酢生姜のサッパリサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	17 親子煮 おでん風煮物 ツナサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	18 マーボー豆腐 もやしの炒め物 ナムル ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
19 休み	20 うなぎちらし 生姜風味肉団子 おろしサラダ 吸い物 フルーツ/漬物	21 うなぎちらし 生揚げの豚肉ロール きのこのおろし和え 吸い物 フルーツ/漬物	22 うなぎちらし 豚しゃぶ 白和え 吸い物 フルーツ/漬物	23 お楽しみメニュー	24 うなぎちらし なすのそぼろあんかけ 和え物 吸い物 フルーツ/漬物	25 うなぎちらし 豚のオホーツク揚げ 酢の物 吸い物 フルーツ/漬物
26 休み	27 チキン南蛮 はんぺんときのこのソテー もやしのサッパリサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	28 鮭のホイル焼き きんぴら なめ茸和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	29 味付けごはん 揚げ出し豆腐 お浸し ソーメン汁 フルーツ/漬物	30 鶏肉のおろし煮 肉じゃが なめこ和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	31 タラフライ じゃがいものそぼろ煮 キャベツのごまマヨサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	