

7月行事予定表

社会福祉法人 新緑福祉会
玉津むつみの家

| 日 | 曜日 | 行事予定 | 給食献立 | kcal | 保護者会予定 | 日 | 曜日 | 行事予定 | 給食献立 | kcal | 保護者会予定 |
|----|----|---|---|------|--|---|----|---|---|------|---|
| 1 | 水 | AM:ストレッチヨガ  | ぶどうパン なすとベーコントマト Pasta 和風サラダ ミルクティー | 670 | | 17 | 金 | PM:クラブ活動 | ごはん・かきたま汁 かれいのおろし煮 白和え ソファールヨーグルト | 630 | |
| 2 | 木 | | ごはん・豆腐のすまし汁 鮭のソテータルタル添え ブロッコリーとツナ和え みかん缶 | 690 | | 18 | 土 |  | 休 み | | |
| 3 | 金 | PM:クラブ活動 | ごはん・さつま芋みそ汁 揚げ豆腐そぼろあん ほうれん草ともやしの和え物 ジョア | 710 | | 19 | 日 |  | 休 み | | |
| 4 | 土 | | 休 み | | | 20 | 月 | | 休 み  | | |
| 5 | 日 | | 休 み | | | 21 | 火 | 保護者会10:30~ | あなごちらし寿司 揚げなすのしょうが醤油和え 豆腐のすまし汁 まるやかカフェオーレ | 660 | |
| 6 | 月 | PM:高津橋清掃 (保護者会)役員会 10:30~ | カツカレー グリーンサラダ 卵スープ ソファールヨーグルト | 730 | | 22 | 水 | | 豚たまめし 冷やし中華 カラフルなます ラッシー | 710 | |
| 7 | 火 |  | セタそうめん 星のミートコロケ れんこんの梅肉和え フルーツポンチ | 680 | | 23 | 木 | | ごはん・にら玉スープ たらのチリソース煮 中華奴 ジョア | 670 | |
| 8 | 水 |  | ごはん・ほうれん草スープ 和風おろしハンバーグ ツナサラダ みかん缶 | 750 | | 24 | 金 | 1班リクエストメニュー PM:クラブ活動 (絵画教室) | ごはん・小松菜スープ からあげ&とんかつ 小松菜スープ アイスクリーム | 720 | |
| 9 | 木 | | ひじきご飯・かきたま汁 サバの塩焼き なすとがんとどきの含め煮 りんご缶 | 720 | | 25 | 土 | | ごはん・里芋のみそ汁 鮭の香味醤油ソース 春雨と卵の酢の物 フルーツカクテル | 710 | |
| 10 | 金 | PM:クラブ活動 | ごはん・豆腐とわかめのスープ ゴーヤチャンプル ポテトサラダ オレンジジュース | 730 |  | 26 | 日 | | 休 み | | |
| 11 | 土 | | 天丼 いんげんとちくわのごま和え 豆腐のすまし汁 低脂肪牛乳 | 600 | | 27 | 月 |  | 五色丼 小松菜としめじの炒め物 赤だし フルーツヨーグルト | 730 | |
| 12 | 日 | | 休 み | | | 28 | 火 | | ごはん・カリフラワースープ 鮭のキッシュ カボチャサラダ みかんゼリー | 760 | |
| 13 | 月 | PM:訪問美容 | ナシゴレン マセドアンサラダ コーンスープ ジョア | 740 | | 29 | 水 | | ごはん カレーうどん 胡瓜とわかめの酢の物 低脂肪牛乳 | 690 | |
| 14 | 火 | | ごはん・ほうれん草すまし汁 さばの竜田揚げ 高野豆腐の卵とじ煮 パイン缶 | 740 | | 30 | 木 | | ごはん・豆腐ときのこのスープ 油淋鶏 かにカマの酢の物 黄桃ヨーグルト | 740 | |
| 15 | 水 | 利用者給料日 AM:ストレッチヨガ | おにぎり 肉おろしぶっかけうどん かぼちゃの含め煮 低脂肪牛乳 | 690 |  | 31 | 金 |  | たこ焼き・焼きそば からあげ・フランクフルト チョコバナナ すいか・ジュース | 960 |  |
| 16 | 木 | | ごはん・卵スープ 酢豚 蒸しなすゴマダレ りんご缶 | 770 | | オカリナ・ギター演奏会実施予定です。 *献立及び食材は変更になる事があります。ご理解をお願いいたします。 *これからの季節、よく汗をかきますので、水分補給の回数を増やしましょう。 | | | | | |