

# デイサービス7月行事カレンダー

令和6年

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	七夕工作 	ウォーキング ドライブ 	ウォーキング ドライブ 	ウォーキング ドライブ 	七夕工作 	
7	8	9	10	11	12	13
	カラオケ大会 	朝顔工作 	カラオケ大会 	朝顔工作 	カラオケ大会 	
14	15	16	17	18	19	20
	おやつ作り 	おやつ作り 	おやつ作り 	おやつ作り 	おやつ作り 	
21	22	23	24	25	26	27
	納涼祭 	納涼祭 	納涼祭 	納涼祭 	納涼祭 	
28	29	30	31	 ※行事食追加料金：400円		
	お誕生日会 	カーリング 	アルバム作り 			

※都合により予定変更される場合もあります

曜日によりまだ多少の空きがあり、ご利用可能ですのでご希望の方は、あかいの郷いきいきデイランド相談員の吉岡までお気軽にお問合せください。

あかいの郷いきいきデイランド  
 TEL 043-209-1528(直通)  
 TEL 043-209-1511(代表)  
 FAX 043-261-3311  
 地域密着型通所介護管理者 菊谷 雅樹  
 地域密着型通所介護相談員 吉岡 恭子



# 7月献立表



	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)
昼食	米飯 青梗菜スープ 油淋鶏 ぜんまい炒め煮 茄子と厚揚げ煮物 杏仁豆腐	ざるそば 五目卵焼き おろしの梅かつお和え おにぎり	米飯 味噌汁 松風焼き 冬瓜の煮物 白菜ゆず和え 煮豆	秋田郷土料理 米飯 鱈汁風 さつま芋甘煮 小松菜お浸し 大根と人参甘酢和え	米飯 味噌汁 白身魚ピカタ 茄子の煮物 オクラ湯葉和え パインゼリー
おやつ	源氏パイ	ロールケーキ	レモンケーキ	りんごパイ	ワタザガ, 歌舞伎揚
kcal	643kcal	695kcal	557kcal	455kcal	543kcal
蛋白質	17.8g	23.9g	18.1g	18.0g	23.8g
脂質	21.8g	17.7g	10.4g	1.3g	9.8g
塩分	1.8g	3.2g	2.4g	2.6g	2.8g
	7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)
昼食	米飯 味噌汁 デミグラスハンバーグ きのこのソテー 酢の物 ヨーグルト	米飯 味噌汁 鶏肉の有馬焼き じゃが芋土佐煮 しろなの和え物 マカロニサラダ	京都郷土料理 衣笠丼 味噌汁 冬瓜の蟹あんかけ 隠元胡麻和え キウイフルーツ	米飯 味噌汁 蒸しおろしの梅味噌かけ ひじきの煮物 春雨ごま酢和え フルーツゼリー	米飯 味噌汁 豚肉甘酢炒め 白滝のたらこ炒め 小松菜土佐和え 漬物
おやつ	チョコバウム	苺パイ	スイスロール	ココア蒸しパン	まんじゅう
kcal	600kcal	659kcal	600kcal	545kcal	507kcal
蛋白質	24.8g	24.1g	22.5g	21.0g	22.1g
脂質	15.0g	22.5g	20.1g	7.1g	12.7g
塩分	2.6g	2.5g	2.4g	2.9g	2.5g
	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)
昼食	米飯 味噌汁 鶏肉梅しそ焼き 大根の煮物 おろしお浸し 煮豆	宮崎郷土料理 米飯/味噌汁 チキン南蛮 青梗菜炒め煮 切干白和え マンゴーゼリー	米飯 味噌汁 豚の生姜焼き 南瓜の煮付け 和風サラダ ビーフンソテー	米飯 けんちん汁 カレーのおろし煮 金平ゴボウ 白菜の山葵和え 漬物	葱塩豚丼 味噌汁 コールスロー ピーマンのジャコ炒め 昆布煮
おやつ	おやつクッキング たこ焼き				
kcal	422kcal	571kcal	531kcal	376kcal	438kcal
蛋白質	16.6g	17.4g	23.8g	18.6g	20.7g
脂質	10.5g	23.5g	16.0g	4.4g	13.7g
塩分	2.2g	2.0g	2.7g	2.8g	2.9g
	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)
昼食	米飯 コンソメスープ カレーのムニエル 茄子の大根おろし煮 隠元梅おかつ和え 一口お好み焼き	冷やし中華 茄子と 厚揚げの味噌煮 苺フルーツ おにぎり	土用の丑の日 うな玉丼 味噌汁 金平ゴボウ 漬物 チョコバナナ	米飯 味噌汁 タラのマヨ焼き 厚揚げ甘辛煮 昆布豆 じゃがバター	米飯 味噌汁 鶏の唐揚げ 大根サラダ 枝豆&コーン りんご缶
おやつ	納涼祭ウィーク かき氷				
kcal	510kcal	509kcal	526kcal	481kcal	579kcal
蛋白質	19.9g	16.9g	24.3g	19.1g	21.6g
脂質	19.5g	9.2g	18.5g	16.6g	23.2g
塩分	1.7g	2.7g	2.8g	2.3g	1.9g
	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)		
昼食	米飯/すまし汁 豚肉とキャベツの 味噌炒め 茄子の煮物 隠元ピマツ和え 切干ゆず香り	米飯 味噌汁 タラの菜種焼き 里芋の煮物 カリフラワーサラダ 漬物	豚しゃぶ 梅おろしうどん コロケ マスカットゼリー おにぎり		
おやつ	マンゴーゼリー	ヨーグルトケーキ	ハッピーターン, ばかうけ		
kcal	534kcal	479kcal	753kcal		
蛋白質	20.8g	22.0g	19.1g		
脂質	15.3g	10.2g	17.8g		
塩分	3.1g	3.0g	2.4g		