



8月 献立表



月	火	水	木	金	土
				1 ごはん コンソメスープ スペイン風オムレツ キャベツの洋風煮 ミックスピクルス いちごカステラ エネルギー 565kcal	2 冷やし山かけうどん 高野豆腐の煮物 青梗菜のおかか和え フルーツ スイスロール エネルギー 561kcal
4 山菜チャーハン 中華スープ 豆腐と茸の煮込み オクラのくるみ和え もみじ饅頭 エネルギー 570kcal	5 ごはん すまし汁 豚肉の胡麻味噌だれ 切り昆布の煮物 さつま芋サラダ ミルククリーム煎餅 エネルギー 568kcal	6 ごはん 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ 海鮮しゅうまい 小松菜の和え物 人形焼き エネルギー 576kcal	7 ごはん すまし汁 鶏肉のさっぱり煮 ちくわの甘辛炒め 胡瓜のもみ漬け メロンゼリー エネルギー 555kcal	8 ふりかけ御飯 味噌汁 アジの焼南蛮漬け ジャーマンポテト 春菊の辛子和え 水まんじゅう エネルギー 572kcal	9 ごはん すまし汁 豚肉のすき焼風煮 冬瓜のあんかけ 夏野菜の酢味噌かけ ヨーグルト エネルギー 565kcal
11 チキンカレー コンソメスープ フレンチサラダ 福神漬け やわらかおかき(砂糖醤油) エネルギー 553kcal	12 ごはん 中華スープ ホキの香味だれ 茄子の辛味噌炒め ほうれん草のナムル 黒糖ケーキ エネルギー 551kcal	13 夏祭り ゆかり御飯 すまし汁 豚肉のマスタード焼き ひじき煮 胡麻豆腐の味噌かけ たこ焼き エネルギー 568kcal	14 夏祭り とうもろこし御飯 味噌汁 赤魚の蒲焼風 ピーマンと卵の炒め物 胡瓜のなめ茸和え たこ焼き エネルギー 555kcal	15 ごはん 味噌汁 とんかつ 金平ごぼう 人参のピーナツ和え 抹茶水ようかん エネルギー 607kcal	16 ごはん 味噌汁 ホッケの山椒焼き 大根の炒め煮 小松菜の海苔和え あんパン エネルギー 567kcal
18 ごはん 味噌汁 サラの味噌醤油焼き 冬瓜のそぼろ煮 胡瓜のしその実和え パウムクーヘン エネルギー 566kcal	19 ごはん 味噌汁 鶏肉の辛子マネーズ焼 白菜の煮浸し オクラの和え物 あんドーナツ エネルギー 588kcal	20 ごはん コンソメスープ オープンオムレツ ミートボール 野菜のドレッシング和え せんべい エネルギー 572kcal	21 郷土料理(福岡) とんこつラーメン がめ煮 もやしの高菜和え フルーツ パインムース エネルギー 556kcal	22 ごはん すまし汁 サバの味噌煮 さつま揚げの炒め物 白菜の七味和え マドレーヌ エネルギー 573kcal	23 キーマカレー コンソメスープ 海藻サラダ 福神漬け ぶどうゼリー エネルギー 566kcal
25 ごはん すまし汁 肉団子のきのこあん 青梗菜の炒め物 野菜サラダ 水ようかん エネルギー 577kcal	26 わかめ御飯 味噌汁 タラの葱ソースかけ 煮やっこ 春菊のお浸し クリームパン エネルギー 568kcal	27 ごはん 味噌汁 鶏肉のから揚げ 焼きビーフン オニオンサラダ 和のパンケーキ エネルギー 576kcal	28 ごはん 味噌汁 カレーの煮付け れんこん炒め インゲンのごま和え 抹茶どら焼き エネルギー 560kcal	29 ごはん すまし汁 豚肉の焼肉風炒め がんもの煮物 ブロッコリーの粒マスタード和え プリン エネルギー 574kcal	30 ごはん 味噌汁 ふくさ焼き 切干大根の煮物 胡瓜の酢の物 カステラ エネルギー 571kcal

★ 今月の郷土料理 ★ 福岡県『がめ煮』

「がめ煮」は博多弁の「がめくり込む(寄せ集める)」が由来で、一般の家庭では筑前煮として幅広い地域で食べられています。材料は鶏肉と根の野菜類が主ですが、行事、地域、季節により変わります。

献立は発注等の都合により、変更する事があります。

足立区日の出デイサービスセンター

2025 年

8月



活動予定



	月	火	水	木	金	土
					1 室崎PT カラオケ 理美容	2 二村PT リズム体操
3	4 椎名PT リズム体操	5 硬筆	6 二村PT 脳トレ	7 寺尾PT カラオケ 理美容	8 朗読会	9 二村PT 脳トレ 理美容
10	11 脳トレ 体重測定	12 二村PT 朗読会 体重測定	13 二村PT 夏祭り 体重測定	14 二村PT 夏祭り 体重測定	15 硬筆 体重測定	16 二村PT 硬筆 体重測定
17	18 カレンダー作り 理美容	19 二村PT 園児交流会 カレンダー作り	20 二村PT 朗読会 理美容	21 寺尾PT 朗読会	22 カレンダー作り	23 二村PT カレンダー作り
24	25 椎名PT カラオケ	26 二村PT カラオケ 理美容	27 二村PT カレンダー作り	28 二村PT カレンダー作り 生花	29 室崎PT 脳トレ 生花	30 二村PT カラオケ
31						

《今月のかりんグループ活動》

★ カレンダー作り

★ レクリエーション



※ お天気の良い日はお散歩も実施していきます。

※ 活動予定は都合により変更させていただく事があります。