



3日(金)

ごはん
味噌汁(玉葱・豆苗)
鶏肉のから揚げ
コールスローサラダ
かぶの煮物
オレンジ

10日(金)

ごはん
味噌汁(もやし・大根葉)
たらのピカタ
アスパラとカニカマのマヨ和え
牛肉とピーマンの炒り煮
マスカットゼリー

24日(金)

ごはん
味噌汁(白菜、しめじ)
さばの幽庵焼き
もやしの海苔和え
じゃが芋の炒り煮
ピーチフルーチェ

31日(金)

赤飯
すまし汁(卵豆腐・貝割れ大根)
さわらの香味野菜蒸し
冷やし夏おでん
胡瓜の梅昆布和え
水まんじゅう



	3日	10日	24日	31日
エネルギー (kcal)	633	646	621	558
タンパク質 (g)	27.6	25.9	25.9	29.3
食塩 (g)	3.6	4.1	3.7	4.7

都合により
献立が変更に
なる場合が
ございます。

キャンセルする際はご連絡をお願いいたします

前日16時までのご連絡であれば、キャンセル料は発生いたしません。それ以降は恐縮ですが、次回ご参加時にお支払いをお願いしております。

連絡先



担当:大森老人ホーム 栄養 三瓶(さんぺい)

栄養直通 3762-8790

ホーム代表 3762-8851



7 月 カレンダー

2026年 (令和8年)

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3 ランチ 	4
5	6	7	8	9	10 ランチ 	11
12	13	14	15	16	17 休 	18
19	20	21	22	23	24 ランチ 	25
26	27	28	29	30	31 ランチ 	1

完全予約制
翌月ご予約承り日

楽歌会 7月
7日(火)
28日(火)



百歳体操 7月
13日(月)
27日(月)
29日(月)



書道 7月
未定

