

献立表



6月16日(土)は「麦とろの日」。昼食には麦とろご飯をご用意いたします。麦とろご飯はとても健康的。とろろ自体が食物繊維を多く含んでおり、ご飯に麦を入れることでさらに繊維量が増え、整腸作用が促されるそうです。

※材料の入荷の都合により変更させて頂く場合もございますが、ご了承お願い致します。

	6/11 (月)	6/12 (火)	6/13 (水)	6/14 (木)	6/15 (金)	6/16 (土)
昼	たけのこご飯 赤魚の煮付け 白菜の酢の物 茄子の揚げ浸し 豆腐とねぎの味噌汁	ご飯 豆腐ハンバーグ きのこソースかけ 里芋の練り味噌かけ カリフラワーの和え物 もやしの味噌汁	ご飯 鱈とがんもの煮付け 刻み昆布の煮物 枝豆のおろし和え しめじと豆麩の味噌汁	☆麦とろご飯の日☆ 麦ご飯 とろろ 夏野菜のそぼろあん 白滝のたらこ和え キャベツの味噌汁	ご飯 ホキの磯部揚げ 切干大根の煮物 白菜のお浸し じゃが芋と 玉ねぎの味噌汁	ご飯 かに玉あんかけ 冬瓜のくず煮 トマトサラダ わかめスープ
エネルギー	552 kcal	585 kcal	471 kcal	514 kcal	510 kcal	485 kcal
たんぱく質	21.9 g	18.1 g	24.6 g	14.8 g	22.7 g	15.8 g
食塩相当量	3.4 g	3.9 g	3.2 g	2.4 g	3.0 g	3.2 g
おやつ	玄米茶 パインフルーチェ	玄米茶 黒胡麻おやき	玄米茶 黒糖ケーキ	玄米茶 ヤクルト ブッセケーキ	☆dimpleシフォン☆ 紅茶 シフォンケーキ	玄米茶 バナナ蒸しケーキ
エネルギー	99 kcal	86 kcal	70 kcal	125 kcal	149 kcal	82 kcal
	651 kcal	671 kcal	541 kcal	639 kcal	659 kcal	567 kcal
何の日?	傘の日	育児の日	はやぶさの日	ひよ子の日	暑中見舞いの日	麦とろの日

【ご案内】

*6月15日(金)は衣川にある手作りシフォンケーキのお店dimple様が来所されます。

販売だけでなく、施設のおやつでのご用意もありますのでぜひお楽しみに。ちなみに、今回は季節ものの限定メニューは「ハニーレモン」です。

【今日は何の日解説】

- *「傘の日」日本洋傘振興協議会(JUPA)が制定。この日が雑節の一つ「入梅」になることが多いことから。
- *「はやぶさの日」2010年、小惑星探査機「はやぶさ」7年間の旅を終えて地球に帰還した。
- *「暑中見舞いの日」1950年、郵政省が初めて「暑中見舞用郵便葉書」を発売した。
- *「麦とろの日」麦ごはんの会が2001年に制定。六(む)十(と)六(ろ)で「むぎとろ」の語呂合わせ。
- *「育児の日」「ひよ子の日」語呂合わせ。



介護老人保健施設

B・O・H care service center
ケア・サービスセンター

医療法人 弘英会