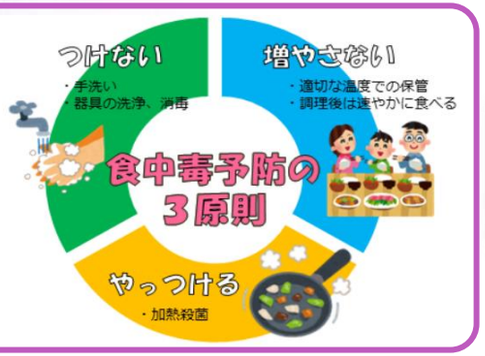
あのくさ このくさ よか草通信 7月号

デイサービスセンター草ヶ江
令和6年7月1日発行

ご注意を！

梅雨になり、暑い夏がそこまで来ていますね。
湿気の多い日は特に熱中症になりやすくなります。
こまめな水分補給を心がけてまいりましょう！
また、食中毒にもご注意を！

（厚生労働省画像参照）





7月の行事

1日（月）
16日（火）　予防プログラム
18日（木）～24日（水）夏祭り
24日（水）　予防プログラム
31日（水）　転倒防止教室

8月14日(水)・15日(木)はお盆休みをいただきます。

お願い

手摺やリハビリ器具等の消毒に必要な布の在庫が少なくなっております。ご自宅で不要となりましたタオル等ございましたら寄付いただけますと幸いです。

















ホームページでも閲覧できますので是非、ご覧くださいね！

特定医療法人財団　博愛会
デイサービスセンター 草ヶ江

2024年7月

まごころ弁当

	1（月）	2（火）	3（水）	4（木）	5（金）	6（土）
	いかの天ぷらカレー南蛮 ペペロンチーノマカロニ ツナのあっさり煮 豚肉とこんにゃく炒め しっとり卵の花 キノコと竹輪の和風ソテ	サバの野菜入り甘酢煮 三色炒め煮 オクラのごま和え さつま芋のケチャップ煮 ツナマカロニサラダ 無限なす	鶏肉とキャベツの味噌炒め ベジタブルソテー 大学芋 四色豆腐 ワカメの土佐酢和え シェルマカロニのペペロン風	鶏のさっぱりお酢煮 インゲンときのこの生姜風味 ブロッコリーのベーコンソテー ビーフン炒め ほうれん草のおかか和え 里芋のそぼろあんかけ	焼き鳥風 しろ菜のごま炒め キャベツのピリ辛漬け 野菜の甘酢炒め 大根サラダ(ドレッシング別添え) 冬瓜のあんかけ	牛肉とブロッコリーのクリーム煮 きくらげの酢の物 大豆のオリーブ炒め 肉じゃがカレー風味 コンニャクの中華和え 大根の煮物洋風仕立て
	エネルギー 505kcal 塩分 2.0g	エネルギー 5902kcal 塩分 1.2g	エネルギー 513kcal 塩分 1.8g	エネルギー 476kcal 塩分 1.8g	エネルギー 459kcal 塩分 1.3g	エネルギー 507kcal 塩分 1.9g
7（日）	8（月）	9（火）	10（水）	11（木）	12（金）	13（土）
お休み	豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め 茄子のサレルノ風 ジャガ芋のスパイス蒸し 大根と椎茸の煮物 オクラのおかか和え 厚焼き玉子	豚肉と大根のバター醤油風味 南瓜のごまよごし キャベツのゆかり和え サケじゃが 小松菜の柚子和え 青菜と蒲鉾の和え物	赤魚の生姜煮 大根煮 蒸し鶏とひじきの梅肉和え 肉野菜炒め ほうれん草と人参の黒オリーブ入りサラダ 厚揚げのかか煮	豚の生姜焼き キャベツのコールスローサラダ さつまいもサラダ 鶏団子と牛蒡の中華あんかけ 小松菜と油揚げの煮浸し にんにくの根とこんにゃくの味噌炒め	焼肉メンチ カリフラワー甘酢和え ビビンバソテー 大根のうま煮 れんこんの生姜炒め 青菜の彩り和え	ロールキャベツ クリームソース 青菜のナムル 彩りしんじょう ナスとイタリアン野菜の塩炒め ゴーヤとツナのサラダ 温野菜サラダ
	エネルギー 450kcal 塩分 1.7g	エネルギー 439kcal 塩分 1.3g	エネルギー 470kcal 塩分 2.1g	エネルギー 560kcal 塩分 1.9g	エネルギー 517kcal 塩分 1.8g	エネルギー 490kcal 塩分 2.1g
14（日）	15（月）	16（火）	17（水）	18（木）	19（金）	20（土）
お休み	牛肉と野菜のオイスター炒め 人参マリネサラダ ブロッコリーとカニカマのたまごサラダ おでん風煮物 オクラと昆布のたくあんちらし ほうれん草の柚子和え	関西風オムレツ 昆布豆 チンゲン菜ときのこのソテー 根菜の五目煮 ひじきサラダ 切干とベーコンの煮物	豚肉とナスの味噌炒め もやしとザーサイ炒め キャベツとツナのレモン和え チーズオムレツ 四色なます 切干大根煮	白身魚のハンバーグ（豆乳仕立て） 塩枝豆 玉子と夏野菜含め煮【6月-9月限定】 じゃが芋と椎茸の煮物 春雨の酢の物 豆腐の柚子あんかけ	牛ひき肉と豆腐のすき焼き煮 人参レモン煮 フキと油揚げの炒り煮 キャベツとウインナーのカレー炒め 昆布の佃煮 シーザーサラダ(ドレッシング別添え)	いか入りカツ きのこのバター醤油炒め ほうれん草のおひたし ポークビーンズ きんぴらごぼう 海老ポテトサラダ
	エネルギー 480kcal 塩分 2.0g	エネルギー 466kcal 塩分 1.6g	エネルギー 505kcal 塩分 2.0g	エネルギー 507kcal 塩分 1.8g	エネルギー 497kcal 塩分 2.1g	エネルギー 511kcal 塩分 1.9g
21（日）	22（月）	23（火）	24（水）	25（木）	26（金）	27（土）
お休み	ナガメヌケの味噌煮 茹でインゲン ナスのトマトソース あさりとじゃが芋のピリ辛醤油仕立て 土佐酢和え(オクラ・人参・竹輪) エノキ茸の煮浸し	ホッケの照焼き 春菊のおかか和え バンバンジーサラダ(ドレッシング別添え) さつま芋の肉じゃが風 ごぼうとれんこんの甘酢和え 野菜の三杯酢	鶏肉ときのこのトマト煮 ふきの二杯酢 ミモザサラダ 豆腐の和風煮 じゃが芋と牛蒡の塩きんぴら 山芋のガーリック風味	サーモンフライ 茹でブロッコリー 南瓜煮 洋風けんちん煮 しっとり卵の花 カニ風味サラダ	カニ玉あんかけ(あん別添え) ぜんまいと竹輪の煮物 しろ菜のお浸し 肉野菜煮込み スパゲティサラダ ミニがんも	豚肉の甘辛炒め シェルマカロニ インゲンのピーナッツ和え あさりと玉葱のにんにく醤油 キャベツと挽肉の玉子炒め チンゲン菜の煮浸し
	エネルギー 477kcal 塩分 1.7g	エネルギー 475kcal 塩分 1.3g	エネルギー 480kcal 塩分 1.7g	エネルギー 529kcal 塩分 2.1g	エネルギー 510kcal 塩分 2.1g	エネルギー 502kcal 塩分 1.9g
28（日）	29（月）	30（火）	31（水）			
お休み	ズッキーニとチキンのトマト煮 コーンと玉葱のおかか炒め 油揚げの玉子炒め 野菜炒め 蓮根の胡麻和え 大根の煮物洋風仕立て	牛肉とほうれん草の炒め物 梅ごぼう お魚厚揚げ じゃが芋の鳴門煮 つぼ漬け チンゲン菜のごま和え	えび入りカツ 春菊とじゃが芋の旨塩和え 竹の子のピリ辛炒め 高野豆腐のがめ煮 オクラのおかか和え 油揚げとこんにゃくの白和え			
	エネルギー 538kcal 塩分 1.8g	エネルギー 508kcal 塩分 2.3g	エネルギー 478kcal 塩分 1.7g			