

2月献立表

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
シルバーの山椒焼き	とんかつ	ポークカレー	ブリの和風ソテー	肉団子の甘酢炒め	厚揚げと茄子の麻婆あんかけ
ピーマンの炒め煮	小松菜とツナの煮物	オムレツ	キャベツの竹輪炒め	あさり入り卵の花	菜の花の煮びたし
里芋の柚子みそ和え	カリフラワーのピクルス	白菜サラダ	スパドレサラダ	海藻サラダ	牛蒡のピーナッツ和え
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
すまし汁	スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
8	9	10	11	12	13
ホッケの塩焼き	助宗ダラのごま焼き	豚肉の山椒炒め	鶏肉の具たくさん野菜あんかけ	アジの野菜あんかけ	豚肉と牛蒡のしぐれ煮
ひじきと大豆の炒り煮	高野豆腐の含め煮	かぼちゃのいとこ煮	揚げ焼売	車麩の煮物	豆腐と白菜の中華あん
チンゲン菜の信田和え	じゃが芋とコーンのサラダ	ほうれん草のドレッシング和え	白菜と海藻の梅サラダ	インゲンのサラダ	オクラのサラダ
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
かきたま汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
15	16	17	18	19	20
黄金カレイのネギ醤油かけ	鮫鱈のかぼちゃの揚げびたし	ハガツオの和風ムニエル	ホキの漬け焼き	サーモンフライ	さわらのゴマダレかけ
じゃが芋とピーマンのソテー	大根のがんも煮	白菜のひじき煮	切り干し大根煮	卵の花	レンコンと海藻の煮物
白菜のマスタードマヨ和え	インゲンのおかか和え	キャロットラペ	白菜のわさび和え	冬瓜の煮物	春雨入り野菜炒め
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	スープ	みそ汁
22	23	24	25	26	27
チキンソテーカクテルソース	鮭のステーキソース	照り焼き豆腐ハンバーグ	白糸ダラの野菜蒸し	鮭の塩焼き	鯖の味噌煮
ふきの煮物	春雨のニンニク炒め	マカロニケチャップ	かぼちゃの甘煮	豆腐のなめこあん	さつま揚げと青梗菜の煮物
かぼちゃの胡麻和え	フキと竹輪煮	きゅうりのマヨ和え	ブロッコリーのハムサラダ	小松菜とコーンの和え物	オクラの梅和え
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁

