

10月献立表

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
				1	2
				タンドリーチキン風 かぼちゃのバター風味	麻婆豆腐 焼売
				白菜のサラダ	洋風野菜のコンソメ煮
				デザート	デザート
				みそ汁	みそ汁
4	5	6	7	8	9
白糸タラの竜田焼き がんも煮	ハガツオの和風ムニエル ひじき煮	豚肉と大根の生姜煮 インゲンの竹輪炒め	ホキの漬け焼き 切り干し大根煮	サーモンフライ 冬瓜のとろみ煮	すき焼き風煮 オムレツ
かぼちゃサラダ	白菜のごま和え	もやしときゅうりのサラダ	カリフラワーのわさびドレッシング	キャロットラペ	キャベツとコーンの酢の物
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
11	12	13	14	15	16
キタノメヌケの煮付け	鮭の塩焼き	てりやき豆腐ハンバーグ	豚肉とナスの味噌炒め	白糸タラの野菜蒸し	鱈の山椒みそ焼き
じゃが芋の小海老炒め	ごぼうのみそ煮	マカロニケチャップ	ふきの煮物	かぼちゃの甘煮	かぼちゃとインゲンの煮付け
ブロッコリーと人参サラダ	カリフラワーのドレッシング和え	きゅうりのマヨ和え	レタスのツナサラダ	ブロッコリーのハム和え	海藻の煮物
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	すまし汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁	みそ汁
18	19	20	21	22	23
鶏肉とごぼうの旨煮	チキンの粒マスタード焼き	シルバーの味噌焼き	助宗ダラの和風焼き	サワラのムニエル	海鮮八宝菜
チンゲン菜のベーコン炒め	里芋の煮っころがし	小松菜の煮物	高野豆腐	豆乳がんもの含め煮	じゃが芋の土佐煮
大根のゆず塩和え	インゲンのカニカマ和え	人参のマリネ風	チンゲン菜のピーナッツ和え	きゅうりのハム和え	マロニーとカニカマのサラダ
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁	かきたま汁	みそ汁
25	26	27	28	29	30
イナダの照り焼き	白糸タラの和風ムニエル	豚肉と生姜焼き	赤魚のチーズ焼き	ハンバーグのオニオンソースがけ	カツオの塩こうじ焼き
さつま芋のしんじょ煮	卵の花	里芋の煮物	ひじき煮	冬瓜の煮物	さつま芋の甘露煮
インゲンのごま油和え	オクラのサラダ	彩ごまサラダ	カリフラワーのサラダ	ほうれん草のピーナッツ和え	レンコンと椎茸のきんぴら風
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	かきたま汁	すまし汁	みそ汁	春雨スープ	みそ汁