

## デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
	<b>10月1日</b>	<b>10月2日</b>	<b>10月3日</b>	<b>10月4日</b>	<b>10月5日</b>
	白身魚の南蛮漬け	いかハンバーグ	ホッケの唐揚げ	赤魚のごま焼き	シルバーの照り焼き
	おからとちくわの炒り煮	切干大根煮	えび団子とキャベツの煮物	ピーマンの味噌炒め	親子煮風
	根菜和風サラダ	パスタサラダ	大根の和え物	もやしの二色サラダ	いんげんの胡麻よごし
	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	すまし汁	みそ汁
<b>10月7日</b>	<b>10月8日</b>	<b>10月9日</b>	<b>10月10日</b>	<b>10月11日</b>	<b>10月12日</b>
ブリの照り焼き	アジのマヨ焼き	チキンステーキ	ふつくらハンバーグ	ホキの和風ムニエル	ピーマンの肉詰め
さつま芋の花天煮	卵の花	大根の煮物	ナスの含め煮	ひじき煮	里芋の煮物
インゲンのごま油和え	オクラの甘酢サラダ	白菜とハムのサラダ	ほうれん草のサラダ	ポテトサラダ	さつま揚げとインゲンのピーナッツ和え
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
<b>10月14日</b>	<b>10月15日</b>	<b>10月16日</b>	<b>10月17日</b>	<b>10月18日</b>	<b>10月19日</b>
サバ照り焼き	キタノメヌケのねぎしょうゆかけ	豚肉のおかか炒め	肉じゃがコロケ	赤魚の味噌焼き	かに玉甘酢あん
ほうれん草のツナ煮	かぶの煮物	焼き春巻き	ビーフンの炒め煮	高野豆腐の含め煮	絹ごし揚げ煮
かぼちゃサラダ	きゅうりの辛子和え	ほうれん草のオーロラソースかけ	インゲンの塩こんぶ和え	白菜の小海老和え	切干大根としば漬けの和え物
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	すまし汁	みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁
<b>10月21日</b>	<b>10月22日</b>	<b>10月23日</b>	<b>10月24日</b>	<b>10月25日</b>	<b>10月26日</b>
白糸タラの焼き浸し	アジの煮付け	黄金カレーのごま焼き	サーモンのムニエル〜キノコソテー〜	キタノメヌケの甘辛焼き	鶏肉と野菜のハーブ煮
カリフラワーとインゲンのソテー	スナップエンドウのウィンナー炒め	ごぼうと人参のきんぴら	チンゲン菜の洋風煮	かぼちゃのレーズン煮	ほうれん草ツナ煮
きゅうりとときらげの中華和え	奴	キャベツのドレッシング和え	切干大根のマヨ和え	白菜のゆず塩和え	なすのわさび醤油
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
<b>10月28日</b>	<b>10月29日</b>	<b>10月30日</b>	<b>10月31日</b>		
豚肉の野菜炒め	ハガツオの醤油焼き	豚肉の味噌ケチャップ炒め	白糸タラのソテー		
なすの含め煮	キャベツの花天煮	さつま芋のバター風味	卵の花		
白菜のサラダ	オクラのさっぱり和え	サラダビーフン	オクラの塩こんぶ和え		
デザート	デザート	デザート	デザート		
すまし汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁		