


## デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
<b>12月2日</b>	<b>12月3日</b>	<b>12月4日</b>	<b>12月5日</b>	<b>12月6日</b>	<b>12月7日</b>
シルバーのみそ焼き	白糸タラの竜田焼き	ささみフライ&野菜コロッケ	ハガツオのたれがらめ	チキンソテーカクテルソース	ポークソテー甘辛ソース
水餃子のスープ煮	花天とレンコンの煮物	きんぴらごぼう	切干大根煮	冬瓜のとろみ煮	青菜とちくわの煮浸し
きゅうりのピーナッツ和え	じゃが芋の粒マスタードマヨ和え	キャベツとワカメの和え物	カリフラワーの胡麻和え	人参のさっぱりサラダ	もやしの和え物
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
すまし汁	みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁	みそ汁
<b>12月9日</b>	<b>12月10日</b>	<b>12月11日</b>	<b>12月12日</b>	<b>12月13日</b>	<b>12月14日</b>
マグロカツ&イカリ揚げフライ	メバル西京焼き	ブリの煮付け	てりやきハンバーグ	白身フライ	たまねぎと豚肉の甘辛煮
高野豆腐の煮物	さつま芋と豚肉の煮物	キャベツの小海老炒め	マカロニケチャップ	大根のおかか煮	切干野菜の煮物
菜の花とコーンのサラダ	ワカメとオクラの酢の物	チンゲン菜のごま和え	きゅうりとコーンのサラダ	ひじきとお豆のマヨ和え	柑橘香るさっぱり煮
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>12月16日</b>	<b>12月17日</b>	<b>12月18日</b>	<b>12月19日</b>	<b>12月20日</b>	<b>12月21日</b>
キタノメスケの生姜煮	白身魚の南蛮漬け	いかハンバーグ	赤魚の和風焼き	シルバーのごま焼き	さばの塩焼き
ピーマンのハム炒め	おからとちくわの炒り煮	切干大根煮	高野豆腐煮	ピーマンのみそ炒め	ふきと豚肉の味噌煮
キャベツのチーズサラダ	根菜和風サラダ	パスタサラダ	きゅうりの梅和え	もやしの二色サラダ	小松菜のしらす和え
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	すまし汁	みそ汁
<b>12月23日</b>	<b>12月24日</b>	<b>12月25日</b>	<b>12月26日</b>	<b>12月27日</b>	<b>12月28日</b>
ブリの照り焼き	ニシンの照り煮	チキンステーキ	メンチカツ	助宗タラの和風ムニエル	ピーマンの肉詰め
さつま芋の花天煮	きんぴらごぼう	大根の煮物	なすの含め煮	ひじき煮	里芋の煮物
インゲンのごま油和え	なすの梅風味	白菜のハムサラダ	ほうれん草のサラダ	ポテトサラダ	キャベツの胡麻和え
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>12月30日</b>	<b>12月31日</b>				
キタノメスケのねぎしょうゆかけ	年越しそば				
かぶの煮物	かき揚げ&ちくわの磯部揚げ				
きゅうりの辛子和え	きゅうりのゆかり和え				
デザート	デザート				
すまし汁	みそ汁				