


デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
					1月4日
					かに玉甘酢あん
					絹ごし揚げ煮
					菜の花の胡麻よごし
					デザート
					みそ汁
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日
白金タラの南蛮漬け	黄金カレイのゴマ焼き	助宗ダラのバター焼き	すき焼き風コロッケ	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	ごぼうと人参のきんぴら	チンゲン菜洋風煮	フキの煮物	かぼちゃのレーズン煮	ほうれん草のツナ煮
きゅうりと木耳の中華和え	キャベツのドレッシング和え	切干大根のマヨ和え	白菜の玉子サラダ	カリフラワーのゆかり和え	ゆずなめこ春雨
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
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
白身フライ	ハガツオの醤油焼き	豚肉のみそケチャップ炒め	白金タラのソテー	赤魚の竜田焼き	牛肉と野菜の中華和え
冬瓜の鶏ささみの含め煮	キャベツの花天煮	さつまいものバター風味	卵の花	白菜のさつま煮	鶏レバーオイスターソース炒め
スパゲッティサラダ	オクラのさっぱり和え	サラダビーフン	オクラの塩昆布和え	きゅうりと人参のサラダ	インゲンの錦糸和え
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
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
肉団子のみそ炒め	ブリとれんこんの甘酢炒め	かにクリーミーコロッケ	五目豆腐ハンバーグ	助宗タラの煮付け	とろろ出汁のあったかハンバーグ
刻み昆布煮	春雨のチャブチェ風	根菜の煮物	白菜のとろみ煮	ブロッコリーとハムのソテー	甘辛鶏ごぼう
小松菜の魚肉ソーセージ	ポテトサラダ	海藻サラダ	もやしとベーコンのサラダ	かぼちゃサラダ	菜の花の胡麻よごし
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
キタノメヌケのソテー	ホッケのみそ漬け焼き	肉団子の甘酢炒め	チキンソテーカクテルソース	マグロカツ&イカリ揚げ	
じゃが芋の炒め煮	しろ菜と油揚げの煮びたし	さつまいもの煮物	茄子の煮物	筍の煮物	
春雨サラダ	ごぼうサラダ	インゲンのなめ茸和え	オクラのおかか和え	マカロニサラダ	
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	すまし汁	みそ汁	