



デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
					2月1日
					サバの味噌煮
					じゃがいもの葱塩バター
					レンコンマリネ
					デザート
					みそ汁
2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日
白糸ダラの和風ムニエル	キタノメヌケの煮付け	チキンステーキ	助宗タラの醤油焼き	サーモンソテー	豚肉の葱塩ソース
小松菜とさつま揚げの煮物	ピーマンのウィンナー炒め	根菜の煮物	かぼちゃのそぼろ煮	かぶの煮物	小松菜とウィンナーのソテー
トマトと海藻のサラダ	インゲンのサラダ	白菜の胡麻和え	大根の土佐和え	白菜の甘酢サラダ	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
2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日
豆腐と小柱のとりみ煮	赤魚のごま焼き	えび団子の中華炒め	アジの和風ソテー	チキンの粒マスタード焼き	肉団子和風うま煮
さつま芋のバター風味	ひじきと大豆の炒り煮	チヂミ	車ふの煮物	ウィンナーと菜の花の塩煮	とろろ
キャベツとワカメの中華和え	オクラのなめ茸和え	ポテトサラダ	キャベツの塩昆布和え	もやしのゆかり和え	ブロッコリーのガーリック風味
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
2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日
サワラの生姜煮	シルバーの「みそ焼き	ささみフライ&ハムカツ	ピリ辛厚揚げ豆腐煮	ハガツオのたれがらめ	ポークソテー甘辛ソース
野菜とハムのソテー	水餃子のスープ煮	きんぴらごぼう	ちくわとほうれん草の炒め物	切り干し大根煮	人参とかぶのスープ煮
ひじきサラダ	きゅうりのピーナッツ和え	キャベツとワカメの和え物	マカロニサラダ	カリフラワーの胡麻和え	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	すまし汁	みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁
2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	
マグロカツ&イカリングフライ	ブリの煮付け	サバの味噌煮	白身フライ	ホキのバター焼き	
高野豆腐の煮物	キャベツの小海老炒め	ブロッコリーとウィンナーの炒め物	大根のおかか煮	豆腐と野菜の出汁煮	
菜の花とコーンのサラダ	チンゲン菜のごま油和え	白菜の酢の物	ひじきとお豆のマヨ和え	オクラサラダ	
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	
みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁	みそ汁	