

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
					11月1日
					中華うま煮
					えび入りビーフン
					ワカメとオクラの酢の物
					デザート
					みそ汁
11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日
助宗タラの和風ムニエル	肉じゃがコロッケ	鶏肉とこっくりオイマヨ炒め	シイラのたれがらめ	黄金カレイの和風焼き	エビチリ
冬瓜の煮物	豚肉と高野豆腐の含め煮	ビーフンの炒め煮	ふきと豚肉の煮物	白菜としめじの塩煮	絹ごし揚げ煮
きゅうりのサラダ	きゅうりのゆかり和え	インゲンのピーナッツ和え	きゅうりのゆず塩和え	インゲンと油揚げのサラダ	ピーマンナムル
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月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
粒マスタード醤油ソース掛けハンバーグ	アジの煮付け	マイタケと厚揚げの生姜炒め	鶏肉と大根の煮物	キタノヌケの煮付け	オムレツ～ミートソース～
じゃが芋のバター炒め	ウインナー炒め	チンゲン菜の洋風煮	ちびっこお好み焼き	野菜炒め	青菜と竹輪の煮浸し
ブロッコリーとしらすのサラダ	大根のサラダ	切干大根のマヨ和え	キャベツの小海老和え	かぼちゃサラダ	卵の花サラダ
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	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
サーモンフライ	助宗タラのごま焼き	豚肉の味噌ケチャップ炒め	シイラの香草パン粉焼き	赤魚のネギ醤油かけ	牛肉と野菜の中華炒め
冬瓜とベーコンの煮物	キャベツの花天煮	サツマイモのバター風味	卵の花	白菜のさつま煮	鶏レバーオイスター炒め
白菜とコーンの和え物	オクラのサラダ	カリフラワーとカニカマのサラダ	オクラの塩昆布和え	菜の花と人参の小海老和え	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	すまし汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
チキンソテーカクテルソース	ブリのたれがらめ	すき焼き風コロッケ	助宗タラの煮付け	ホッケのみそ漬け焼き	中華風バーグ
刻み昆布煮	春雨のチャプチェ風	根菜の煮物	白菜とウインナーのソテー	おからの煮物	甘辛鶏ごぼう
小松菜のサラダ	ポテトサラダ	海藻サラダ	レタスとトマトのマヨサラダ	きゅうりとカニカマの中華和え	モロヘイヤの和え物
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	みそ汁	みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁