

12月献立表

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
			12月1日	12月2日	12月3日
			ホッケの塩焼き	キタノメヌケのごま焼き	太刀魚の甘酢あんかけ
			さつま芋とれんこんの照り煮	大根のがんも煮	野菜入り玉子炒め
			切り干し大根のツナサラダ	白菜の塩昆布和え	ひじきと筍煮
			デザート	デザート	デザート
			みそ汁	みそ汁	みそ汁
12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日
サバの醤油焼き	助宗タラの和風ムニエル	白身フライ	豚肉の甘酢炒め	鶏肉の梅焼き	サバの味噌煮
かぼちゃと豚肉の煮物	キャベツの炒め煮	ひじきの炒り煮	卵の花	ピーマンの甘辛炒め	高野豆腐と野菜の煮物
きゅうりのサラダ	インゲンのおかか和え	キャベツのドレッシング和え	トマトとおくらのサラダ	切り干し大根のサラダ	小松菜のお浸し
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	すまし汁	みそ汁
12月12日	12月13日	12月14日	12月15日	12月16日	12月17日
豚肉のナスの味噌炒め	黄金カレイのソテー	チキンのバーベキュー風炒め	五目豆腐ハンバーグのトマトソース	赤魚のみそ焼き	カツオのこうじ味噌焼き
刻み昆布煮	えび団子の煮物	車麩の煮物	キャベツのツナ和え	卵の花	野菜と春雨のソテー
きゅうりのサラダ	インゲンのハム和え	トマトとコーンのサラダ	オクラのごま和え	きゅうりとパプリカのサラダ	玉ねぎと玉子炒め
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	オニオンスープ	みそ汁	すまし汁	みそ汁
12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
助宗タラの和風焼き	サバの塩焼き	たまごオニオンコロッケ	チキンの粒マスタード焼き	豚肉の柳川風	豚肉の生醤油糍焼き
根菜のつみれ煮	ほうれん草と鶏肉のソテー	冬瓜とちくわの煮物	冬至かぼちゃ	海藻の生姜和え	がんもと野菜の炊き合わせ
野菜春雨サラダ	ごぼうのサラダ	チンゲン菜のおかか和え	大根のドレッシング和え	やきそば	ブロッコリーの菜種和え
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
12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
豚肉のしぐれ煮	キタノメヌケの煮付け	豆腐と小柱のとろみ煮	イナダの照り焼き	白糸ダラの和風ソテー	年越しそば
エビカツ	春雨のチャプチェ風	香味シューマイ	かぼちゃのレーズン煮	豆乳がんも煮	かき揚げ&ちくわの磯辺揚げ
オクラの和え物	カリフラワーのピクルス	なすのわさび和え	大根と枝豆の和え物	トマトのサラダ	ブロッコリーの和え物
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	みそ汁	みそ汁