

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
3月31日					3月1日
ハガツオの醤油焼き					照り焼きチキン
キャベツの花天煮					小松菜と絹揚げ煮
オクラのさっぱり和え					ひじきサラダ
デザート					デザート
みそ汁					みそ汁
3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日
助宗タラの南部焼き	キタノメヌケの生姜煮	タンドリーチキン風	いかハンバーグ	赤魚の和風焼き	シルバーの照り焼き
冬瓜と竹輪煮	ピーマンとささみ炒め物	里芋の煮っ転がし	切干大根煮	高野豆腐煮	かぼちゃのクリーミー仕立て
春雨サラダ	キャベツのチーズサラダ	インゲンのカニカマ和え	パスタサラダ	白菜とパプリカの梅和え	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	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日
ブリの照り焼き	アジの味噌マヨ焼き	チキンステーキ	メンチカツ	助宗タラと旬野菜の焼き浸し	豚肉と玉ねぎの味噌仕立て
さつま芋の花天煮	卵の花	大根といわしつみれの煮物	なすの含め煮	ひじき煮	里芋の煮物
インゲンとチーズの和え物	オクラの和え物	白菜とハムのサラダ	ほうれん草のサラダ	ブロッコリーのさっぱり和え	キャベツのごま和え
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
3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日
豚肉の生姜焼き	キタノメヌケのねぎじょうゆかけ	肉じゃがコロッケ	赤魚のみそ焼き	五目豆腐ハンバーグ	エビチリ
冬瓜の含め煮	かぶの煮物	豚肉と高野豆腐の含め煮	レンコンの炒め煮	白菜とささみの塩煮	絹ごし揚げ煮
小松菜のサラダ	きゅうりの辛子和え	きゅうりとしらすのゆかり和え	カリフラワーの胡麻和え	マカロニサラダ	菜の花の胡麻よこし
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
3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日
白糸タラの南蛮漬け	黄金カレイのごま焼き	アジの煮付け	助宗タラのバター焼き	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	じゃが芋のバター炒め	スナッペンエンドウのウインナー炒め	チンゲン菜の洋風煮	かぼちゃのレーズン煮	きゅうりのゆず味噌かけ
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	奴	切干大根のマヨ和え	カリフラワーのゆかり和え	カリフラワーフレンチサラダ
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
春雨スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁