

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
		10月1日	10月2日	10月3日	10月4日
		豚肉の山椒炒め	肉じゃがコロッケ	シルバーときのこの焼き浸し	肉団子風うま煮
		白菜と厚揚げの煮物	高野豆腐の含め煮	車ふの煮物	野菜入り炒り豆腐
		インゲンのさっぱり和え	ブロッコリーとささみのわさび和え	キャベツの塩昆布和え	さつまいもと豆のハニーマスタード風味
		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
10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
サワラの生姜煮	アジの和風ソテー	シイラの生姜あんかけ	鶏肉と旬野菜の焼き浸し	ハガツオのたれがらめ	ボークソテー甘辛ソース
大根とさつま揚げの甘辛炒め	小松菜とつみれの煮物	花天とレンコンの煮物	信田煮	切干大根煮	人参とかぶのスープ煮
オクラの和え物	じゃが芋と人参のサラダ	ブロッコリーとゆずみそ和え	マカロニサラダ	いんげんのなめ茸和え	ワカメとオクラの酢の物
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	きのこ汁	みそ汁	みそ汁
10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
白身フライ	ブリの煮付け	助宗タラの南部焼き	豚肉とキャベツの煮物	ホッケの唐揚げ	豚肉と野菜のチリケチャップ炒め
ジャーマンポテト	ピーマンとツナの炒め煮	小松菜の煮物	ブロッコリーとウィンナーの炒め物	豆腐と野菜の出汁煮	紅あずま甘露煮
菜の花と枝豆のサラダ	チンゲン菜とハムの和え物	インゲンとチーズのさっぱり和え	ほうれん草とパプリカの和え物	オクラのサラダ	かんきつ香るさっぱり奴
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
10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
ホキの山椒焼き	いかハンバーグ	アジのみそ焼き	赤魚の和風焼き	シルバーごま焼き	チキンロイヤル
ふきの煮物	切干大根煮	キャベツと竹輪の煮物	高野豆腐の煮物	ウィンナーと野菜の味噌炒め	ふきの豚肉の味噌煮
春雨サラダ	パスタサラダ	なすの和え物	白菜の梅和え	かぼちゃサラダ	イタリアンサラダ
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	すまし汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁
10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
ブリの甘辛焼き	サーモンフライ	チキンステーキ	唐揚げと豚肉のどろみ煮	豚肉のおかか炒め	
サツマイモの花天煮	卵の花	大根といわしつみれ煮物	焼きギョーザ	なすの煮物	
ナスの和え物	オクラのダン和え	しろ菜のさっぱり和え	キャベツとしらすのサラダ	小松菜のマヨ和え	
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	