

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
			豚肉のみぞれ丼	黄金カレイのハーブ焼き	和風牛丼
			つけもの	白菜としめじの塩煮	ごぼうサラダ
			ポテトサラダ	もやしのたぬき和え	リンゴジャムヨーグルト
			デザート	デザート	デザート
			みそ汁	みそ汁	みそ汁
10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日
粒マスタード醤油がけハンバーグ	鰯の煮付け	サワラの甘辛焼き	かに玉風甘酢あん	白金ダラの和風ムニエル	十勝風豚皿
春雨の炒め煮	ウィンナー炒め	もやしとコーンの洋風煮	花がんと煮	グラタンフライ	茄子のペペロンチーノ風
キャロットラペ	大根のピーナッツ和え	切干大根のマヨ和え	インゲンの小海老和え	オクラのわさび和え	白和え
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	中華スープ	みそ汁	みそ汁
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日
鶏の唐揚げ	白身魚の南蛮漬け	豆腐の旨煮	助宗タラの照り焼き	シイラのソテー	中華風バーグ
大根の花天煮	キャベツと根菜つみれの煮物	ブロッコリーの炒め物	春雨のチャプチェ風	白菜のさつま煮	甘辛鶏ごぼう
白菜とコーンの和え物	オクラのサラダ	チンゲン菜の和え物	キャベツときゅうりのマヨサラダ	菜の花と人参の小海老和え	かぶの梅和え
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	中華スープ	みそ汁	みそ汁
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日
豚肉とごぼうの旨煮	鶏肉の胡麻炒め	ホッケの煮付け	黄金カレイのポワレ	鶏肉のちゃんちゃん焼き	韓国春雨と卵の炒め物
しろ菜の炒め物	フキと竹輪の煮物	チヂミ	ほうれん草とウィンナーのソテー	水餃子	枝豆のふわふわ豆腐
なすのわさび和え	白菜のだし和え	オクラとベーコンのサラダ	白菜の山椒醤油和え	カリフラワーの中華和え	おくらひじき
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
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日
サバのレモン焼き	白身魚の唐揚げ	ホキの煮付け	豚丼	赤魚のソテー	豆腐ハンバーグ
ベーコンと野菜の煮浸し	ひじき煮	ビーフン炒め	つけもの	切干大根煮	切干大根煮
インゲンの和え物	チンゲン菜のなめ茸和え	カリフラワーとツナの和え物	白菜のわさび和え	オクラのさっぱり和え	さつまいもと豆のハニーマスタード風
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