



1月献立予定表

デイサービス

	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8
昼食	お休み	米飯 鰯の照り焼き 御節盛り合わせ フルーツゼリー 味噌汁	親子丼 切干大根の煮物 フルーツ すまし汁	米飯 鮭のムニエル ブロッコリーのサラダ フルーツ オニオンスープ	米飯 鶏肉の柚子胡椒焼き 冬瓜の煮物 フルーツ 味噌汁	米飯 コロッケ ほうれん草ドレッシング和え フルーツ かき玉汁
おやつ		ねりきり	バナナケーキ	どら焼き	チョコババロア	やわらか饅頭
	10	11	12	13	14	15
昼食	お休み	米飯 五目卵焼き さつまいもの煮物 フルーツ すまし汁	米飯 牛肉のオイスター煮込み ブロッコリーのソテー フルーツ スープ	ゆかりご飯 揚げ豆腐のあんかけ 卵とにらの炒め物 フルーツ 味噌汁	米飯 鯖の菜種焼き 茄子の揚げびたし フルーツ 味噌汁	米飯 ホキのもろみ味噌焼き 大根の煮物 フルーツ すまし汁
おやつ		ぜんざい	鯛焼き	ショートケーキ	抹茶ゼリー	紅茶ケーキ
	17	18	19	20	21	22
昼食	米飯 豚肉のネギ塩炒め もずくの酢の物 フルーツ すまし汁	米飯 白身魚フライ ひじき煮 フルーツ 味噌汁	ちゃんぽん しゅうまい コーンとカリフラワーのサラダ フルーツ	米飯 たららのバター醤油焼き さつま芋の甘煮 フルーツ 味噌汁	米飯 鶏のから揚げ薬味ソースかけ もやしとニラの炒め物 フルーツ 味噌汁	米飯 鮭の柚子庵焼き 根菜の炒め煮 フルーツ 味噌汁
おやつ	クレープ	やわらかおかき	ワッフル	グレープゼリー	パンケーキ	黒糖饅頭
	24	25	26	27	28	29
昼食	米飯 白身魚の素揚げ 野菜あん 卵と人参の炒め フルーツ 味噌汁	米飯 鶏肉のパン粉焼き 千切り大根の煮物 フルーツ 味噌汁	米飯 豚肉と白菜の洋風煮 ひじき和え フルーツ 味噌汁	米飯 あじの梅煮 春菊の白和え フルーツ 味噌汁	焼きそば 中華ポテト 杏仁豆腐 ワンタンスープ	米飯 鶏肉の南蛮漬け ひじき煮 フルーツ 味噌汁
おやつ	みたらし団子風	芋ようかん	いちごシュー	シフォンケーキ	プチドック	プリン
	31					
昼食	米飯 ホキのマヨコーン焼き 水菜のサラダ フルーツ 味噌汁					
おやつ	くろ棒Ca					