



# デイサービスセンター禎心会東 10月献立表



| 月曜日           | 火曜日           | 水曜日           | 木曜日           | 金曜日                                      | 土曜日           |
|---------------|---------------|---------------|---------------|------------------------------------------|---------------|
|               | <b>10月1日</b>  | <b>10月2日</b>  | <b>10月3日</b>  | <b>10月4日</b>                             | <b>10月5日</b>  |
|               | ポークカレー        | さば胡麻風味焼き      | 八宝菜風          | 赤魚の煮付け                                   | かしわそば         |
|               | コンソメスープ       | いんげん炒め物       | 春巻き           | 冬瓜のそぼろあん                                 | 海鮮しゅうまい       |
|               | 大根サラダ         | めかぶなめこ        | 春菊のしらす和え      | 菜の花胡麻和え                                  | ミニたい焼き        |
|               | ぶどうゼリー        |               |               |                                          |               |
| <b>10月7日</b>  | <b>10月8日</b>  | <b>10月9日</b>  | <b>10月10日</b> | <b>10月11日</b>                            | <b>10月12日</b> |
| 和風ハンバーグ       | かれいのみぞれ煮      | 三色丼           | チキン南蛮風        | ますの醤油焼き                                  | 鶏肉の旨塩炒め       |
| かぶのくず煮風       | 南瓜の塩バター煮      | すまし汁          | ポテトのクリーム煮     | ふきと竹輪炒め物                                 | 茄子の味噌和え       |
| ピーマン塩ナムル      | もやしサラダ        | ひじきの煮物        | オクラのだし和え      | ほうれん草わさび和え                               | ツナサラダ         |
|               |               | 白桃缶詰          |               |                                          |               |
| <b>10月14日</b> | <b>10月15日</b> | <b>10月16日</b> | <b>10月17日</b> | <b>10月18日</b>                            | <b>10月19日</b> |
| 美唄風鶏飯         | ます漬け焼き        | 豚肉の山椒炒め       | 海老かつの卵とじ      | 味噌ラーメン                                   | あじのパン粉焼き      |
| すまし汁          | 冬瓜のくず煮        | さつまいもバター醤油    | ひじきと大豆炒り煮     | 菜花カニカマ和え                                 | 豆腐と春菊さっと煮     |
| フライ盛り合わせ      | いんげんと鶏の和え物    | ほうれん草くるみ和え    | キャベツの和え物      | フルーツカクテル                                 | ごぼうサラダ        |
| ほうれん草しらす和え    |               |               |               |                                          |               |
| りんごゼリー        |               |               |               |                                          |               |
| <b>10月21日</b> | <b>10月22日</b> | <b>10月23日</b> | <b>10月24日</b> | <b>10月25日</b>                            | <b>10月26日</b> |
| さばの南蛮漬け       | チキンカツ         | たら塩麹マヨ焼き      | チキンカレー        | さわらの梅ダレかけ                                | 豚肉のぽん酢かけ      |
| 冬瓜の煮物         | 切干大根あさりの煮物    | さつまいもの甘煮      | コンソメスープ       | チンゲン菜海老のソテー                              | ブロッコリー蟹あんかけ   |
| 豆コーンサラダ       | ピーマンごま風味和え    | 春菊の白和え        | ブロッコリーフレンチ和え  | マカロニサラダ                                  | 茄子のおかか和え      |
|               |               |               | パイン缶詰         |                                          |               |
| <b>10月28日</b> | <b>10月29日</b> | <b>10月30日</b> | <b>10月31日</b> | <b>※黄色は、麺類・丼もの・カレーなど皆様からのリクエスト食になります</b> |               |
| ささみ大葉フライ      | たぬきうどん        | ポークソテー        | 白身魚和風あんかけ     |                                          |               |
| 南瓜の煮つけ        | しゅうまい         | 焼き豆腐田楽        | ひじきの煮物        |                                          |               |
| キャベツしらす和え     | いちごゼリー        | 春菊なめ茸和え       | ブロッコリーサラダ     |                                          |               |

