

デイサービスセンター禎心会東



献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			10月1日	10月2日	10月3日
			鶏肉の ねぎ塩炒め	ハンバーグ デミソース	さわらの西京焼
			里芋と がんもの煮物	チンゲン菜の ソテー	カリフラワー かにあんかけ
			オクラの磯和え	南瓜のサラダ	いんげん ピーナッツ和え
10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日
たぬきそば	ほっけの塩麴焼	わかめごはん	ポークチャップ	かき揚げうどん	鶏肉の 胡麻みそ焼き
キャベツの 塩昆布和え	南瓜の煮つけ	あじのかば焼き	豆腐と カニの旨煮	ほうれん草 海苔和え	じゃが芋の 煮っころがし
みかん缶	蒸し鶏と 人参のサラダ	ごぼうと 挽肉の炒め煮	ブロッコリー サラダ	ももゼリー	大根サラダ
		白菜の中華和え			
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日
【ｽｰﾌﾟの日】 五目ごはん	豚肉のチンジャ オロース炒め	さばのみりん焼	味噌ラーメン	赤魚の粕漬け焼	チキンカレー
フライ盛り (サモ、えび)	かぶと がんもの白煮	ジャーマンポテ ト	カリフラワー サラダ	野菜コロッケ	コンソメスープ
もやしの 中華サラダ	ほうれん草と 揚げの和え物	白菜の辛子和え	ぶどうゼリー	もやしの 酢味噌和え	ポテトサラダ
ミニ蒸しパン					パインの缶詰
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日
豚肉の ジンギスカン	きつねうどん	鶏肉の 胡麻風味焼	親子丼	肉そば	さばの塩焼き
ごぼうの 洋風金平	チンゲン菜の 塩昆布和え	揚げ茄子煮浸し	菜の花和風和え	玉葱の 青じそ和え	花型豆腐含め煮
オクラの 中華和え	りんごゼリー	キャベツサラダ	マンゴー缶詰	蒸しパン	マカロニサラダ
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日
さわらの バター醤油焼き	メンチカツ	塩ラーメン	白身魚フライ	ポークカレー	赤魚の香味蒸し
切干大根炒り煮	ふきとさつま揚 げの煮物	ブロッコリー 和え物	大根の炒め煮	コンソメスープ	冬瓜のあん煮
さつまいも サラダ	オクラの おかか和え	りんご缶詰	海藻サラダ	小松菜の 青じそ風味和え	玉葱の甘酢和え
				ぶどうゼリー	

※黄色は、季節のメニューや麺類・丼もの・カレー等皆様のリクエスト食になります