

令和5年 11月 デイサービス献立

1	水	ワカメご飯	みそ汁	サバの塩こうじ焼	里芋のそぼろ煮	おひたし	果物
2	木	五目チャーハン	中華スープ	肉団子煮	中華風和え物		杏仁豆腐
3	金	ご飯	みそ汁	サワラの西京漬	ひじき煮	ゴマ酢和え	ゼリー
4	土	ご飯	すまし汁	豚肉のごまみそ焼き	昆布の煮物	梅しそ和え	果物
5	日						
6	月	ご飯	みそ汁	豚肉のおろししょうゆ	じゃが芋のたらこ煮	キャベツとツナのサラダ	果物
7	火	ご飯	みそ汁	豆腐の五目旨煮	シュウマイ	もやしのナムル	果物
8	水	ご飯	みそ汁	和風ハンバーグ	五目大豆煮	カリフラワーのゴマドレ和え	果物
9	木	さつまいもごはん	みそ汁	魚のおろし煮	厚揚げ煮	酢のもの	果物
10	金	挽肉のカレー		とんかつ	アスパラサラダ	福神漬け	ゼリー
11	土	ご飯	みそ汁	カジキの味噌漬け焼き	筑前煮	酢のもの	果物
12	日						
13	月	ゆかりご飯	みそ汁	焼き魚(鮭)	シュウマイ	辛子和え	果物
14	火	ご飯	みそ汁	鶏肉の照り焼き	切干煮	青菜のなめ茸和え	果物
15	水	カニちらしすし	かきたま汁	かぼちゃのそぼろ煮	おかか和え		果物
16	木	ご飯	みそ汁	豚肉の生姜焼き	里芋煮	大根のサラダ	果物
17	金	ご飯	すまし汁	赤魚の粕漬	かき揚げ	しその実和え	果物
18	土	ご飯	みそ汁	すずきのみりん漬け	卵の炒め物	ほうれん草くるみ和え	ゼリー
19	日						
20	月	ご飯	みそ汁	焼き魚(ほっけ)	じゃが芋のたらこ煮	千切り野菜のサラダ	果物
21	火	ご飯	みそ汁	豚肉のおろし煮	里芋とひじき煮	ゴマ酢和え	果物
22	水	赤飯	すまし汁	キンメと焼豆腐煮	切干煮	酢のもの	果物
23	木	赤飯	かきたま汁	筑前煮	煮豆	わさび和え	ゼリー
24	金	ご飯	みそ汁	サバの塩こうじ焼	さつまいも甘煮	小松菜の和え物	果物
25	土	チキンライス	スープ	じゃが芋のカレー煮	春雨サラダ		ゼリー
26	日						
27	月	ご飯	みそ汁	クリームシチュー	きんぴらごぼう	千切り野菜のサラダ	果物
28	火	五目ごはん	みそ汁	焼き魚(ほっけ)	厚揚げ煮	おひたし	果物
29	水	ご飯	みそ汁	親子煮	れんごんのゴマ煮	大根とほたてのサラダ	果物
30	木	ご飯	すまし汁	サバのみそ煮	南瓜の甘煮	もずくの酢の物	ゼリー

入荷の都合で献立が変更になる場合があります。
食物アレルギーのある方は事前にお知らせ願います。