

# デイサービス11月献立表

	月	火	水	木	金	土				
					1	2				
昼食									ごはん	
									A 秋刀魚の紅梅揚げ	ビビンバ風丼
									B 豚の甘辛煮	
									エリンギハム炒め	茄子の揚げ浸し
									きゅうりの金山寺味噌和え	白菜とじゃこの柚子和え
					みそ汁	みそ汁				
おやつ					フルーツあんみつ	マロンワッフル				
	4	5	6	7	8	9				
昼食	ごはん	ごはん	おにぎり	ごはん	ごはん					
	A 鶏のパン粉焼	エビチリ	A 月見うどん	牛肉のしぐれ煮	A サバの磯辺揚げ	ハヤシライス				
	B サワラの磯焼き		B 月見そば		B 豚の天ぷら					
	切干大根の煮物	蒸し餃子	肉じゃがコロッケ	焼きナス 生姜醤油	ひじきの煮物	海老団子洋風煮				
	豆苗の和え物	棒棒鶏サラダ	大根サラダ	ブロッコリーのゴマ和え	温野菜サラダ	スパゲティサラダ				
	みそ汁	中華スープ	デザート	みそ汁	みそ汁	デザート				
おやつ	カステラ	もみじ饅頭	ココア蒸しパン	おしるこ	鬼まんじゅう	りんごのコンポート				
	11	12	13	14	15	16				
昼食	ごはん	ごはん	ごはん	おにぎり	ごはん					
	A 鶏の香味焼	揚げ出し豆腐 野菜あん	A ポークビーンズ	山菜きしめん	A 豚カツ	牛丼				
	B 赤魚の粕漬焼		B カレイの煮付		B エビカツ					
	高野豆腐の博多煮	里芋のころ煮	じゃこトピーマンの炒め物	野菜のかき揚げ	ふろふき大根	南瓜の煮物				
	春雨サラダ	海老サラダ	長芋のたんざく	玉子豆腐	チーズサラダ	白菜のお浸し				
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	デザート	すまし汁	みそ汁				
おやつ	ブッセ	杏仁豆腐	おはぎ	チョコレートプリン	抹茶ワッフル	フルーチェ				
	18	19	20	21	22	23				
昼食	ごはん	ごはん	ごはん	行事食		おにぎり				
	A 秋刀魚の胡麻揚げ	牛ときのこの甘味噌焼	A 鶏の甘辛煮		A カツカレー	きつねとろろうどん				
	B 豚の胡麻照焼		B カレイの中華あん		B ハンバーグカレー					
	五目春雨	カリフラワーのカニあんかけ	茄子の煮物		もやしの炒め物	春巻				
	ミモザサラダ	ほうれん草ピーナツ和え	ブロッコリー 生姜醤油		きのこマリネ	海藻サラダ				
	みそ汁	みそ汁	みそ汁		野菜スープ	デザート				
おやつ	フルーツあんみつ	ロールケーキ	スイートポテト	プリン	まんじゅう	バナナ蒸しパン				
	25	26	27	28	29	30				
昼食	ごはん	ごはん	おにぎり	ごはん	ごはん					
	A サバの竜田	焼肉風	A きのおろしうどん	味噌カツ	A 鮭のムニエル	親子丼				
	B 鶏の唐揚げ		B きのおろしそば		B ポークソテー きのおあん					
	厚揚げ田楽	小籠包	筑前煮	ホタテと大根の煮物	インゲンとコーンのバター炒め	白菜真砂煮				
	アスパラサラダ	ブロッコリーのカニカマ和え	パンプキンサラダ	ビーンズサラダ	グリーンサラダ	オーロラサラダ				
	すまし汁	みそ汁	デザート	すまし汁	みそ汁	みそ汁				
おやつ	みかんゼリー	バームクーヘン	エクレア	ミニたい焼き	ココアプリン	蒸しパン				

※A・Bは選択メニューです。お好きな方をお選びください。