



献立表



デイサービスきねん

6日 (月)		7日 (火)		8日 (水)		9日 (木)		10日 (金)		11日 (土)	
ご飯 デザート ささ身の甘酢あん 細昆布の煮物 キャベツのサブシ 味噌汁	ご飯 デザート 揚げ出し豆腐 インゲンのゴマ和え カボチャのサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 野菜の天ぷら 大豆とツナの煮物 オクラのゴマ和え 味噌汁	ご飯 デザート 塩さば 大根の煮物 レンコンのキンピラ 清汁	ご飯 デザート ザーサイの肉団子 厚揚げとインゲンの生姜炒め モヤシとハムの和え物 スープ	ご飯 デザート キノコ炒めそうめん スクランブルエッグ ブロッコリーのおかか和え 清汁	ご飯 デザート とんてきスタミナ焼き ホウレンソウのナムル ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 鶏つくねと大根の煮物 オクラのゴマ和え タマネギと竹輪の玉子とじ 味噌汁	ご飯 デザート 高野豆腐と豚肉の柳川風 青菜のピーナッツ和え サラダ 味噌汁	ご飯 デザート キャベツの味噌炒め ワカメとジャコの炒り玉子 ニンジンとツナのサラダ 清汁	ご飯 デザート 肉じゃが 細昆布の煮物 キュウリのゆかり和え 味噌汁	ご飯 デザート 鮭の照り煮 しらたきのおかか煮 マカロニサラダ 清汁
13日 (月)		14日 (火)		15日 (水)		16日 (木)		17日 (金)		18日 (土)	
ご飯 デザート とんてきスタミナ焼き ホウレンソウのナムル ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 鶏つくねと大根の煮物 オクラのゴマ和え タマネギと竹輪の玉子とじ 味噌汁	ご飯 デザート 高野豆腐と豚肉の柳川風 青菜のピーナッツ和え サラダ 味噌汁	ご飯 デザート キャベツの味噌炒め ワカメとジャコの炒り玉子 ニンジンとツナのサラダ 清汁	ご飯 デザート 肉じゃが 細昆布の煮物 キュウリのゆかり和え 味噌汁	ご飯 デザート 鮭の照り煮 しらたきのおかか煮 マカロニサラダ 清汁	ご飯 デザート ささ身の甘酢あん 細昆布の煮物 キャベツのサブシ 味噌汁	ご飯 デザート 揚げ出し豆腐 インゲンのゴマ和え カボチャのサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 野菜の天ぷら 大豆とツナの煮物 オクラのゴマ和え 味噌汁	ご飯 デザート 塩さば 大根の煮物 レンコンのキンピラ 清汁	ご飯 デザート ザーサイの肉団子 厚揚げとインゲンの生姜炒め モヤシとハムの和え物 スープ	ご飯 デザート キノコ炒めそうめん スクランブルエッグ ブロッコリーのおかか和え 清汁
20日 (月)		21日 (火)		22日 (水)		23日 (木)		24日 (金)		25日 (土)	
海の日 	おにぎり デザート そうめんのたぬき風 ワカメとジャコの 玉子とじ ニンジンとツナのサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 韓国風麻婆豆腐 春雨と野菜のくず煮 サラダ 味噌汁	ご飯 デザート シチュー 煮物 サラダ 	ご飯 デザート さんまの香味漬け なすのゴママヨネーズ和え お浸し 清汁	中華風炊込みおこわ ジャガイモの千切り炒め インゲンのゴマ和え 味噌汁	ご飯 デザート とんてきスタミナ焼き ホウレンソウのナムル ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 揚げ出し豆腐 インゲンのゴマ和え カボチャのサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 野菜の天ぷら 大豆とツナの煮物 オクラのゴマ和え 味噌汁	ご飯 デザート 塩さば 大根の煮物 レンコンのキンピラ 清汁	ご飯 デザート ザーサイの肉団子 厚揚げとインゲンの生姜炒め モヤシとハムの和え物 スープ	ご飯 デザート キノコ炒めそうめん スクランブルエッグ ブロッコリーのおかか和え 清汁
27日 (月)		28日 (火)		29日 (水)		30日 (木)		31日 (金)			
ハヤシライス サラダ 味噌汁	果物 	ご飯 デザート 野菜と春雨の五目炒め ナガイモのキンピラ 小松菜のからし和え 味噌汁	ご飯 デザート 豆腐だんごのおろし和え 麩の玉子とじ インゲンのゴマ和え 味噌汁	ご飯 デザート 角麩の揚げ煮 ヒジキと大豆の煮物 サラダ 味噌汁	ご飯 デザート 鶏肉の辛味ソース和え 切り干し大根の煮物 ジャガイモの和風マヨ和え 味噌汁	ご飯 デザート とんてきスタミナ焼き ホウレンソウのナムル ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 揚げ出し豆腐 インゲンのゴマ和え カボチャのサラダ 味噌汁	ご飯 デザート 野菜の天ぷら 大豆とツナの煮物 オクラのゴマ和え 味噌汁	ご飯 デザート 塩さば 大根の煮物 レンコンのキンピラ 清汁	ご飯 デザート ザーサイの肉団子 厚揚げとインゲンの生姜炒め モヤシとハムの和え物 スープ	ご飯 デザート キノコ炒めそうめん スクランブルエッグ ブロッコリーのおかか和え 清汁

食材の仕入れの都合により、変更になることがあります。