

デイサービスセンター アウル1月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				4日	5日	6日	
昼				助六、すまし汁、大根の煮物、みかん	助六、すまし汁、煮物、りんご	ご飯、味噌汁、焼き魚(糠さんま)大根おろし添え、甘酢大根、蕨の炒り煮、納豆、りんご	
おやつ				ロアンヌ	最中	どら焼き	
		9日	10日	11日	12日	13日	
昼		ご飯、味噌汁、コロケ(レタス添え)、ごぼうの煮物、白菜の梅肉和え、りんごコンポート	ご飯、味噌汁、焼き魚(さば)大根おろし添え、春雨サラダ、玉ねぎの卵とじ、みかん	はらこ飯、味噌汁、焼き肉(キャベツ、ホワイトアスパラ添え)、パイナップル	ご飯、味噌汁、煮魚(さんま)マーボー豆腐、もやしの和え物、バナナ	ご飯、味噌汁、チキン南蛮(レタス、ミニトマト、スパゲッティ添え)、ひじきの煮物、漬け物、みかん	
おやつ		ロールケーキ	ロールケーキ	チョコサンドクッキー	最中	バウムクーヘン	
		16日	17日	18日	19日	20日	
昼		ご飯、味噌汁、焼き魚(ホッケ)大根おろし添え、キャベツの煮浸し、ポテトサラダ、漬け物、柿	ご飯、味噌汁、焼き魚(紅鮭)大根おろし添え、肉じゃが、白菜の梅肉和え、バナナ	カレーライス、スープ、コールスロー、りんごのコンポート(ヨーグルトかけ)	五目散らし寿司、すまし汁、さばの揚げ出し、白菜のゴマ和え、柿	散らし寿司、すまし汁、タラの竜田揚げ(キャベツ添え)、高野豆腐の煮物、みかんゼリー	
おやつ		黒糖棒	プチブッセ	チョコサンドクッキー	ケーキ	ケーキ	
		23日	24日	25日	26日	27日	
昼		ご飯、豚汁、焼き魚(つば)切り干し大根の煮物、きゅうりの酢の物、バナナ	ご飯、味噌汁、生姜焼き(キャベツ添え)、金平ごぼう、大根サラダ、パイナップル	三色丼、味噌汁、大根と厚揚げの煮物、マカロニサラダ、パイナップル	ご飯、味噌汁、焼き魚(糠さんま)大根おろし添え、白菜のおかか和え、スパゲッティ、パイナップル	ご飯、味噌汁、ササミと白菜のあんかけ、ニラの卵とじ、パイナップル	
おやつ		カントリーマアム	黒糖棒	ホットケーキ	チョコサンドクッキー	チョコ棒	
		30日	31日				
昼		ご飯、味噌汁、煮魚(カレイ)、大根の煮物、春雨サラダ、バナナ	おにぎり、そば、天ぷら、漬け物、りんご				
おやつ		塩ようかん	バウムクーヘン				