

1月食事メニュー

日曜日	食事	おやつ
1 木	あけましておめでとうございます	
2 金		
3 土		
4 日		
5 月	あんかけ卵とじうどん、ほうれん草と豚肉の炒め煮、ポテトサラダ	シェルケーキ
6 火	八宝菜、えびシューマイ、チンゲン菜と油揚げの真砂和え、味噌汁	いちごロール
7 水	プレーンコロッケ、大豆煮、キャベツとパプリカのりんごドレサラダ	紫いも饅頭
8 木	赤魚の味噌粕煮、金平ごぼう、さつまいものサラダ、すまし汁	白ロール
9 金	肉団子の甘酢あんかけ、ひじきと油揚げの煮物、もやしとちくわの香味ドレサラダ、中華スープ	かぼちゃ饅頭
10 土	豚肉と里芋の煮込み、たこふくさ焼き、キャベツのマヨサラダ、味噌汁	牛乳ケーキ
11 日	☆お休み☆	
12 月	ポークカレー、キャベツと芋の炒め物、うまい菜のおからサラダ	黒胡麻饅頭
13 火	鶏肉の野菜ソース焼き、絹揚げの煮物、豚汁、黄桃缶のピーチジュレ	あんずケーキ
14 水	合鴨スマートサラダ、じゃがいものそぼろ煮、白菜のレモン風味、味噌汁	小豆水ようかん
15 木	赤飯、刺身盛り、ごぼうと油揚げの炒め煮、大根と平天の香味ドレサラダ、赤だし	うさぎ饅頭
16 金	お好み焼き、昆布大豆煮、キャベツとちくわの和風ドレサラダ、味噌汁	おやつ作り
17 土	白身魚の煮付け、もやしと豚肉の炒め物、チゲソ菜とかまぼこのわさび和え、味噌汁	おやつ作り
18 日	☆お休み☆	
19 月	鶏肉の豆鼓蒸し、卯の花、うまい菜とちくわの麦味噌和え、味噌汁	たい焼きクリーム
20 火	さけフレーク丼、ひじきと鶏肉の炒め物、チンゲン菜の和え物、味噌汁	マロンカステラ
21 水	味噌おでん、白菜と豚肉の塩だしとろみ炒め、きざみ高菜	バームクーヘン
22 木	大豆のチキンカレー、ブロッコリーと平天の白ごま和え、みかん缶	ミニあんぱん
23 金	海鮮ちゃんぽん、絹揚げとグリルピースのそぼろ煮、チゲソ菜のバソバドレサラダ	レモンケーキ
24 土	煮込みハンバーグ、ふかしじゃがいも、キャベツのマリネ、味噌汁	ケーキ
25 日	☆お休み☆	
26 月	赤魚の焼き浸し、キャベツと鶏肉の炒め物、ブロッコリーのスローサラダ、味噌汁	ココアロール
27 火	蒸し鶏、ごぼうと豚肉の炒り煮、かぼちゃとみかんのサラダ、味噌汁	長崎カステラ
28 水	焼きそば、絹揚げのそぼろ煮、もやしの土佐酢和え、味噌汁	チョコワッフル
29 木	チーズメンチカツ、ひじきと油揚げの煮物、コソリスープ、パイ缶のオレゾジユレ	トラロール
30 金	あじの香味焼き、高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮、マカロニサラダ、味噌汁	チョコカステラ
31 土	白身魚の煮付け、松風焼き、さつまいもとオレンジのサラダ、味噌汁	抹茶水ようかん

都合により変更する場合があります

わかうら園 デイサービスセンター