

10月食メニュー

日	曜日	食 事	おやつ
1	木	さわらのごま味噌焼き、白菜と豚肉の煮物、ブロッコリーのバジルドレサダ、かன்பょうの卵とし汁	黒胡麻饅頭
2	金	豚肉と里芋の煮込み、松風焼き、もやしの香味ドレサダ、味噌汁	ケーキ
3	土	鶏肉のにんにく醤油焼き、なすの田舎煮、味噌汁、洋なし缶のオレンジジュレ	ミニクリームパン
4	日	☆お休み☆	
5	月	鶏肉の塩焼き、キャベツとツナの炒め物、ポテトサラダ、味噌汁	ゆず饅頭
6	火	白身魚の山椒煮、大根と豚肉の炒め物、ブロッコリーのたらこマヨサダ、味噌汁	バームクーヘン
7	水	醤油ラーメン、かにシューマイ、キャベツのマヨサダ	さつま芋饅頭
8	木	吹き寄せ寿司、絹揚げの煮物、味噌汁、マンゴー缶	シェルケーキ
9	金	鶏の唐揚げ、白菜と豚肉のとろみ炒め、味噌汁、柿ミックスゼリー	栗かすてら饅頭
10	土	さばの照り煮、大根と小えびの炒め物、いんげんの白ごま和え、味噌汁	いちごロール
11	日	☆お休み☆	
12	月	豚大根、なすの味噌炒め、すまし汁、白菜のあっさり漬け	紫いも饅頭
13	火	さけフレーク丼、白菜と平天の炒め煮、味噌汁、フルーツ	ココアロール
14	水	豚かつの卵とし、キャベツとかまぼこの煮浸し、大根とパプリカの和風ドレサダ、赤だし	チョコワッフル
15	木	きつねうどん、大根と豚肉の利休煮、ポテトサラダ	ミニクリームパン
16	金	豚肉のバター醤油炒め、やっこ、おくらのとろろ和え、味噌汁	たい焼きクリーム
17	土	鶏肉の柚子茶煮、たこふくさ焼き、いんげんと平天の和え物、味噌汁	かぼちゃ饅頭
18	日	☆お休み☆	
19	月	萩ごはん、さけの若狭焼き、ひじきとちくわの煮物、かぼちゃのサダ、味噌汁	白ロール
20	火	蒸し鶏、キャベツと豚肉の炒め物、味噌汁、マンゴー缶	チョコカステラ
21	水	中華丼、えびシューマイ、大根とちくわのごまドレサダ、味噌かきたま汁	抹茶ワッフル
22	木	ホッケの塩麹焼き、大根と豚肉の炒め物、白菜としいたけの和え物、味噌汁	小豆水ようかん
23	金	栗ごはん、あじの山椒煮、卵の花、ほうれん草のバンバンドレサダ、赤だし	クリームもみじ
24	土	豚肉の和風炒め、一口がんもの煮物、とろろの梅かつお和え、味噌汁	うさぎ饅頭
25	日	☆お休み☆	
26	月	あさりの卵とし丼、小松菜のじゃこ炒め、もやしとハムのりんごドレサダ、味噌汁	おやつ作り
27	火	白身魚の味噌煮、金平ごぼう、白菜と油揚げのからし和え、すまし汁	おやつ作り
28	水	野菜かき揚げそば、高野豆腐のそばろ煮、ブロッコリーとコーンのごまドレサダ	トラロール
29	木	秋の恵みカレー、もやしとツナの炒め物、ヨーグルトのはちみつソースかけ	葛こごり黒みつ
30	金	赤魚の焼き浸し、絹揚げの煮物、ほうれん草とかまぼこのバンバンドレサダ、味噌汁	鯛饅頭
31	土	さばの西京焼き、三色稻荷の煮物、キャベツとちくわのゆかり和え、すまし汁	かぼちゃプリン

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