

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風			1日	2日	3日	4日
			ご飯/キャベツスープ A:チーズインハンバーグ B:ミックスフライ (あじフライ&えびフライ) 卵の花 ごぼうの味噌マヨあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの西京焼き B:豚肉の生姜焼き 里芋の味噌煮 ほうれん草の白和え フルーツ	A:三色そばろ丼 B:ご飯/すずきの揚げ煮 お味噌汁 切り昆布の煮物 オクラのおかかあえ ヨーグルトあえ	 端午の節句 行事食
おせし			やわらかおかき	いちごゼリー	ミニシュークリーム	
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
風	ご飯/お味噌汁 A:温玉のせすき焼き B:さばの塩焼き ビーフンカレーソテー なすの揚げ浸し フルーツ	わかめご飯/お味噌汁 A:鶏肉のチーズ焼き B:ホキの甘酢あんかけ 五目煮 菜の花の辛子あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの磯焼き B:とんかつ ふきとたけのこの煮物 マカロニサラダ フルーツ	ご飯/卵スープ A:豆入りキーマカレー B:カレイの中華ソース ジャーマンポテト ひじきのサラダ ヨーグルト	A:関西風わかめうどん /白身魚の天ぷら B:ご飯/鶏の照り焼き がんもの煮物 コールスローサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:メバルの葱焼き B:チンジャオロース (牛肉とピーマンの中華炒め) 金平ごぼう 小松菜しめじあえ フルーツ
おせし	桜デザート	ごまプリン	蒸しケーキ	フルーツきんとん	みたらし白玉	マスカットゼリー
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
風	ご飯/お味噌汁 A:酢鶏風 B:カレイの高菜蒸し 大根のとろみ煮 もやしの和え物 フルーツ	ご飯/清まし汁 A:鮭のムニエル B:春のかき揚げ 筑前煮 いんげんのピーナッツあえ フルーツ	五目ご飯/お味噌汁 A:さばの照り焼き B:鶏肉の和風クリーム煮 ひじきの炒り煮 かぶの酢の物 フルーツ	ご飯/豚汁 A:豆腐バーグの和風あんかけ B:あじの西京焼き かぼちゃの煮物 中華サラダ フルーツ	A:ご飯/ 豚肉とねぎの炒め煮 B:シーフードカレー コンソメスープ 野菜炒め 菜の花の辛子味噌あえ フルーツ	A:野菜あんかけうどん B:ご飯/お味噌汁 /たらの香り揚げ ポーク焼売 ブロccoliのごまあえ フルーツ
おせし	クリームあんみつ	黒糖饅頭	フルーツきんとん	りんご蒸しパン	ねりきり	ワッフル
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
風	ご飯/清まし汁 A:回鍋肉 (豚肉とキャベツの中華炒め) B:カレイの南蛮漬け 里芋の含め煮 小松菜の白和え フルーツ	A:ご飯/赤魚の煮つけ B:焼きそば お味噌汁 切干大根の煮物 キャベツのツナあえ フルーツ	ご飯/卵スープ A:メバルのきのこ蒸し B:鶏の唐揚げ 高野豆腐の含め煮 もずく酢 フルーツ	A:中華旨煮丼 B:ご飯/さばの味噌煮 清まし汁 五目金平 菜の花のお浸し フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:白身魚フライ&いかリング B:麻婆豆腐 切り昆布の煮物 二色(白菜・みつば)浸し フルーツ	ゆかりご飯/お味噌汁 A:ロールキャベツ B:さわらの照り焼き じゃがいもの含め煮 チンゲン菜ともやしのごまあえ フルーツ
おせし	ココア蒸しパン	バウムクーヘン	薄皮饅頭	きみしぐれ	チーズ蒸しパン	やわらかおかき
	27日	28日	29日	30日	31日	
風	A:味噌ラーメン B:ご飯/お味噌汁 /シルバー(銀ヒラス)の野菜あんかけ チンゲン菜の信田煮 きゅうりの酢の物 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:肉じゃが B:たらの洋風天ぷら 若竹煮 ブロccoliのフレンチサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の野菜蒸し B:牛肉のオイスター炒め 揚げ餃子あんかけ 焼きなすのお浸し フルーツ	五目ご飯/お味噌汁 A:さわらの粕漬焼き B:肉団子の甘酢炒め キャベツの当座煮 春雨サラダ フルーツ	A:親子丼 B:ご飯/鮭の照り焼き お味噌汁 角天と大根の煮物 小松菜のピーナッツあえ フルーツ	
おせし	エクレア	パンプディング	ピーチゼリー	カスタードどら焼き	フルーチェ	

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風						1日
						ご飯/お味噌汁 A:鶏の塩竜田揚げ B:赤魚の野菜蒸し 里芋の含め煮 トマトのマリネサラダ フルーツ
おせし						りんご蒸しパン
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
風	ご飯/中華スープ A:マスの西京焼き B:麻婆茄子 野菜の五目煮 チンゲン菜のお浸し フルーツ	ご飯/清まし汁 A:肉団子の酢豚風 B:ホキのピカタ かぼちゃのいとこ煮 きゅうりとお麩の酢の物 フルーツ	A:チキンカレー B:ご飯/あじの煮付け コンソメスープ カニクリームコロッケ ブロccoliのごまあえ フルーツ	A:肉うどん B:ご飯/お味噌汁 /メダイの照り焼き じゃがいもの含め煮 きゅうりの梅肉あえ フルーツ	わかめご飯/味噌けんちん汁 A:赤魚の煮つけ B:チーズハンバーグ 春雨ソテー かぶときゅうりのマヨあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:白身魚(メラルーサ)の香り蒸し B:豚肉の塩麹炒め 切り昆布の煮物 野菜サラダ フルーツ
おせし	薄皮饅頭	ペアクリームワッフル	いちご蒸しケーキ	やわらかおかき	杏仁豆腐	バウムクーヘン
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
風	★セット献立★ 豚丼 ミニ冷やしたぬきそば 枝豆サラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:鮭の和風バターソース B:若鶏マスタード風味 ほうれん草の煮浸し コーンマヨネーズあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:若鶏と野菜の生姜煮 B:ホキのクリームソースかけ ゴーヤチャンプル キャベツのマヨあえ フルーツ	A:三色そばろ丼 B:ご飯/カレイの味噌マヨ焼き 清まし汁 二色えび焼売 グリーンサラダ フルーツ	五目ご飯/お味噌汁 A:とんかつ B:たらの菜種焼き 里芋の煮物 冷奴 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの照り焼き B:中華五目豆腐 冬瓜の生姜煮 オクラのおかかあえ フルーツ
おせし	パインゼリー	フルーツきんとん	抹茶どらやき	かぼちゃ蒸しパン	黒糖饅頭	カスタードどらやき
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
風	ご飯/お味噌汁 A:さんまの磯焼き B:和風おろしハンバーグ 切干大根の炒め煮 卵豆腐 フルーツ	A:きつねそば B:ご飯/お味噌汁 /豚キムチ さつま揚げの煮物 いんげんのごまドレあえ フルーツ	★特別献立★ 天丼 清まし汁 茶碗蒸し ほうれん草の白和え キャラメルケーキ	ご飯/清まし汁 A:たらの甘酢あんかけ B:肉じゃが 冬瓜のそばろ煮 卵豆腐 フルーツ	A:ご飯/赤魚のザーサイ蒸し B:温玉のせびピンバ丼 お味噌汁 焼き餃子ポン酢 マカロニサラダ フルーツ	A:ハヤシライス B:ご飯/あじのパン粉焼き キャベツスープ ビーフンソテー きゅうりの酢の物 フルーツ
おせし	パンプディング	マスカットゼリー	さつまいも羊羹	バニラババロア	蒸しパン	スイスロール
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
風	ご飯/清まし汁 A:めぬけの味噌マヨ焼き B:鶏肉のカレー焼き ジャーマンポテト 和風サラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:牛肉と根菜の炒め煮 B:メダイの磯辺揚げ かぼちゃのバター煮 オクラのわさびあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:カレイの焼き浸し B:鶏肉のチーズ焼き 切り昆布の煮物 いんげんのピーナッツあえ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:白身魚(メラルーサ)の粕焼き B:回鍋肉 (豚肉とキャベツの中華炒め) 里芋の含め煮 ほうれん草とあさりの和え物 フルーツ	A:ご飯/さばの香味焼き B:夏野菜カレー コンソメスープ チンゲン菜とキクラゲの炒めもの トマトのフレンチサラダ フルーツ	A:冷やし中華 B:ご飯/お味噌汁 /ホキのムニエル えびとブロッコリーのオイスター炒め 豆サラダ フルーツ
おせし	やわらかおかき	人参蒸しパン	きみしぐれ	エクレア	クリームあんみつ	チーズ蒸しパン

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～



	月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
昼	ご飯/お味噌汁 A:肉じゃが B:さんまの柚庵焼き なすの揚げ浸し 卵とブロッコリーのサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:さわらの西京焼き B:とんかつ マカロニカレーソテー 和風サラダ フルーツ	A:ご飯/鶏の照り焼き B:五目ちらし寿司 お味噌汁 里芋の煮ころがし キャベツと大葉の香りあえ フルーツヨーグルト	ご飯/清まし汁 A:さばの煮付け B:豚肉の味噌焼き 切干大根の炒め煮 スパゲッティサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:肉団子の酢豚風 B:白身魚のピカタ かぼちゃのいとこ煮 きゅうりとお麩の酢の物 フルーツ	
おやつ	ねりきり	黒糖饅頭	ぶどうゼリー	ココア蒸しパン	ペアクリームワッフル	
	8日	9日	10日	11日	12日	13日
昼	わかめご飯/味噌けんちん汁 A:赤魚の煮つけ B:チーズハンバーグ 春雨ソテー かぶときゅうりの浅漬風 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:メルルーサの香り蒸し B:豚肉の塩麹炒め 切り昆布の煮物 野菜サラダ フルーツ	A:豚丼/清まし汁 B:冷やしたぬきそば 魚河岸揚げの煮物 枝豆サラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:鶏肉の梅おろしのせ B:あじの焼き浸し いんげんの金平風 マカロニツナサラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:鮭のバターソース B:若鶏マスタード風味 ほうれん草の煮浸し コーンマヨネーズあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:若鶏と野菜の生姜煮 B:たらのクリームソースかけ ゴーヤチャンプルー キャベツのコールスロー フルーツ
おやつ	パンプディング	バウムクーヘン	やわらかおかき	エクレア	かぼちゃ蒸しパン	抹茶パンケーキ
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
昼	五目ご飯/お味噌汁 A:鶏の唐揚げ B:たらの菜種焼き 里芋の煮つけ 卵豆腐 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの照り焼き B:中華五目豆腐 冬瓜の生姜煮 オクラのおかかあえ フルーツ	A:かき揚げ丼 B:ご飯/鶏肉のハニーマスタード焼き 清まし汁 厚焼き卵 ほうれん草の白和え フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さんまの磯焼き B:和風おろしハンバーグ さつま揚げの煮物 いんげんのゴマドレあえ フルーツ	A:きつねそば B:ご飯/お味噌汁 /豚キムチ 切干大根の炒め煮 冷奴 フルーツ	
おやつ	どらやき	蒸しパン	デザートムースいちご味	薄皮饅頭	マスカットゼリー	
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
昼	A:ご飯/赤魚のザーサイ蒸し B:温玉のせびピンバ丼 お味噌汁 焼き餃子～ポン酢 マカロニサラダ フルーツ	A:ハヤシライス B:ご飯/あじのパン粉焼き えび団子スープ ビーフンソテー きゅうりの酢の物 フルーツ	ご飯/枝豆の呉汁 A:さばの塩焼き B:若鶏の治部煮風 さつまいものいとこ煮 白菜のフレンチサラダ フルーツ	A:冷やし中華 B:ご飯/お味噌汁 /ホキのムニエル えびとブロッコリーのオイスター炒め 豆サラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:牛肉と根菜の炒め煮 B:メダイの磯辺揚げ かぼちゃのバター煮 オクラのわさびあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:カレーの焼き浸し B:鶏肉のチーズ焼き 切り昆布の煮物 いんげんのピーナッツあえ フルーツ
おやつ	フルーチェ	スイスロール(バニラ)	チーズ蒸しパン	豆乳プリン	クリームあんみつ	みたらし白玉
	29日	30日	31日			
昼	A:ご飯/さばの香味焼き B:夏野菜カレー コンソメスープ チンゲン菜とキクラゲ炒め トマトのフレンチサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:白身魚の粕焼き B:回鍋肉 (豚肉とキャベツの中華炒め) 里芋の含め煮 ほうれん草とあさりの和えもの フルーツ	五目ご飯/豚汁 A:カレーコロッケ&かにコロッケ B:たらの野菜蒸し 夏野菜の炊き寄せ もずく酢 フルーツ			
おやつ	カスタードケーキ	やわらかおかき	シークワサーゼリー			

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風				1日	2日	3日
				ご飯/お味噌汁 A:肉じゃが B:さんまの柚庵焼き なすの揚げ浸し 卵とブロッコリーのサラダ フルーツ	A:肉うどん B:ご飯/お味噌汁 /メダイの野菜あんかけ じゃがいもの含め煮 きゅうりの梅肉あえ フルーツ	A:ご飯/鶏の照り焼き B:五目ちらし寿司 清まし汁 里芋の煮ころがし キャベツと大葉の香りあえ フルーツヨーグルト
おやつ				蒸しパン(ジャム付)	黒糖饅頭	いちごゼリー
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
風	ご飯/お味噌汁 A:鶏の塩竜田揚げ B:赤魚の野菜蒸し かぼちゃの含め煮 トマトのマリネサラダ フルーツ	ご飯/豚汁 A:松風焼き (鶏挽肉の味噌焼き) B:ホキの田楽焼き ベーコンポテト ほうれん草のナムル フルーツ	ご飯/中華スープ A:ますの西京焼き B:麻婆茄子 野菜の五目煮 チンゲン菜のお浸し フルーツ	サマーパーティー 行事食		ご飯/清まし汁 A:さわらの西京焼き B:とんかつ マカロニカレーソテー 和風サラダ フルーツ
おやつ	ココア蒸しパン	ごまプリン	ぶどうゼリー			パンプディング
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
風	ご飯/お味噌汁 A:メルーサ(白身魚)の香り蒸し B:豚肉の塩麹炒め 切り昆布の煮物 野菜サラダ フルーツ	A:豚丼/清まし汁 B:冷やしたぬきそば 魚河岸揚げの煮物 枝豆サラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:鶏肉の梅おろしのせ B:あじの焼き浸し いんげんの金平風 マカロニツナサラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:鮭のバターソース B:若鶏マスタード風味 ほうれん草の煮浸し 卵豆腐 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:若鶏と野菜の生姜煮 B:たらのクリームソースかけ ゴーヤチャンプル キャベツのマヨあえ フルーツ	A:三色そぼろ丼 B:ご飯/カレイの味噌マヨ焼き 清まし汁 二色えび焼売 グリーンサラダ フルーツ
おやつ	バウムクーヘン	コーヒースイスロール	かぼちゃ蒸しパン	パインゼリー	抹茶パンケーキ	ねりきり
	19日	20日	21日	22日	23日	24日
風	ご飯/お味噌汁 A:さわらの照り焼き B:中華五目豆腐 冬瓜の生姜煮 オクラのおかかあえ フルーツ	A:かき揚げ丼 B:ご飯/鶏肉のハニーマスタード焼き 清まし汁 厚焼き玉子 ほうれん草の白和え フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さんまの磯焼き B:和風おろしハンバーグ 切干大根の炒り煮 コーンマヨネーズあえ フルーツ	A:きつねそば B:ご飯/お味噌汁 /豚キムチ さつま揚げの煮物 いんげんのゴマドレあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:豚肉のオイスター炒め B:鮭の塩焼き 野菜のコンソメ煮 スパゲッティサラダ フルーツ	ご飯/枝豆の呉汁 A:たらのだ甘酢あんかけ B:肉じゃが 冬瓜のそぼろ煮 卵豆腐 フルーツ
おやつ	カスタードどらやき	クリームあんみつ	薄皮饅頭	人参蒸しパン	さつまいも羊羹	バニラババロア
	26日	27日	28日	29日	30日	31日
風	A:ハヤシライス B:ご飯/あじのパン粉焼き えび団子スープ ビーフソテー きゅうりの酢の物 フルーツ	ご飯/卵スープ A:さばの塩焼き B:若鶏の治部煮 さつまいものいとこ煮 白菜のフレンチサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:メヌケ(赤魚)の味噌マヨ焼き B:鶏肉のカレー焼き ジャーマンポテト 和風サラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:牛肉と根菜の炒め煮 B:メダイの磯辺揚げ かぼちゃのバター煮 オクラのわさびあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:カレイの焼き浸し B:鶏肉のチーズ焼き 切り昆布の煮物 いんげんのピーナッツあえ フルーツ	A:冷やし中華 B:ご飯/お味噌汁 /ホキのムニエル えびとブロッコリーのオイスター炒め 豆サラダ フルーツ
おやつ	チーズ蒸しパン	豆乳プリン	ヨーグルトババロア	きみしぐれ	エクレア	蒸しパン

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～

9月




	月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日
昼	～セット献立～ 豚丼 京風うどん 豆腐揚げの生姜煮 わかめの酢の物 フルーツ	さつまいもご飯/お味噌汁 A:さばのごまマヨ焼き B:若鶏の照り焼き ひじきの煮物 花野菜サラダ フルーツ	ご飯/ワンタンスープ A:酢豚 B:あじの風味焼き浸し 切干大根の煮物 ブロッコリーのごまあえ フルーツ	A:たぬきそば B:ご飯/お味噌汁 /カレイのおろし煮 五目炒め煮 ナムル フルーツ	五目ご飯/お味噌汁 A:赤魚の粕漬焼き B:豆腐ハンバーグ ふろふき大根 さつまいもサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:鶏肉のチリソース B:ホキのピカタ 切り昆布の煮物 フレッシュサラダ フルーツ
おやつ	水ようかん	パインゼリー	ココア蒸しパン	ごまプリン	ミニシュークリーム	ねりきり
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼	ご飯/お味噌汁 A:さんまの柚庵焼き B:牛肉と葱の煮込み にんじんシリシリ (千切にんじんの炒めもの) 春菊のお浸し フルーツ	A:ご飯/ さごしのパン粉焼き B:チキンクリームパスタ 清まし汁 洋風茶碗蒸し コールスローサラダ フルーツ	A:シーフードカレー B:ご飯/卵とキクラゲの炒めもの コンソメスープ カニクリームコロッケ ツナサラダ フルーツヨーグルト	ご飯/清まし汁 A:とんかつ B:さばの味噌煮 チンゲン菜の信田煮 海藻サラダ フルーツ	A:ご飯/ あじの西京焼き B:やきそば お味噌汁 筑前煮 海藻サラダ フルーツ	A:ご飯/ さわらの照り焼き B:三色丼 お味噌汁 ブロッコリーのかにあんかけ 揚げなすの辛子あえ フルーツ
おやつ	マスカットゼリー	スイスロール(コーヒー)	黒糖饅頭	パンプディング	きなこ風味プリン	芋ようかん
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼	祝膳 	ご飯/お味噌汁 A:たらの甘酢あんかけ B:豚肉の生姜焼き 白菜の煮浸し 冷奴 フルーツ	ご飯/卵スープ A:麻婆豆腐 B:さわらのマヨ焼き じゃがいものそぼろ煮 小松菜の辛子あえ 杏仁豆腐	A:親子丼 B:ご飯/鮭のピザ焼き風 お味噌汁 いんげんの炒り煮 スパゲッティサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:さばの塩焼き B:エビかつ 大根とちくわの煮物 豆サラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:あじの唐揚げ B:鶏肉の甘酢あんかけ かぼちゃの煮物 かぶサラダ フルーツ
おやつ	紅白饅頭	かぼちゃ蒸しパン	グレープゼリー	フルーチェ	やわらかおかき	チーズ蒸しパン
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼	ご飯/かき玉汁 A:さばの煮付け B:八宝菜 さつまいものバター煮 菊花あえ フルーツ	A:ご飯/中華スープ /赤魚のザーサイ蒸し B:味噌ラーメン とうふ焼売 春雨マヨサラダ フルーツ	A:三色とろろ丼 (鮭・オクラ・とろろ) B:ご飯/ 鶏肉の中華クリーム煮 お味噌汁 ひじき豆 チンゲン菜の中華あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:揚げだし豆腐のあんかけ B:たらの粕漬焼き 大根金平 ほうれん草の白和え フルーツ	ご飯/貝沢山汁 A:ますの南蛮漬け B:松風焼き (鶏挽肉の味噌焼き) ビーフンソテー コーンサラダ フルーツ	A:カレーライス B:ご飯/メバルの煮つけ コンソメスープ 肉焼売 ミモザサラダ フルーツ
おやつ	おはぎ	やわらかプリン	蒸しパン(ジャム付)	原宿ドック	どらやき	エクレア
	30日					
昼	A:ご飯/お味噌汁 カレイの大葉味噌焼き B:カレーうどん がんもの含め煮 もやしの辛子あえ フルーツ					
おやつ	人参蒸しパン					

寿

【予定献立表】



～デイサービスセンター向山～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日	2日	3日	4日	5日
昼		A:ご飯/チキン南蛮 B:鮭ちらし寿司 清まし汁 えび焼売 春菊のごまあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:マグロかつ B:豚肉とチンゲン菜の炒めもの 大根金平 めかぶサラダ フルーツ	ご飯/味噌けんちん汁 A:白身魚の梅焼き B:鶏肉のチーズ焼き ひじきの炒り煮 マカロニサラダ フルーツ	A:ご飯/中華スープ /赤魚のザーサイ蒸し B:醤油ラーメン 豆腐焼売 春雨マヨネーズサラダ フルーツ	ご飯/赤だし味噌汁 A:ポークチャップ (豚肉のケチャップ炒め) B:カレーの唐揚げ 里芋の含め煮 小松菜と椎茸のお浸し フルーツ
おやつ		やわらかおかき	バウムクーヘン	ミルクレープ	ココア蒸しパン	スイスロール(コーヒー)
	7日	8日	9日	10日	11日	12日
昼	A:豚丼/清まし汁 B:京風うどん 豆腐揚げの生姜煮 わかめの酢の物 フルーツ	さつまいもご飯/お味噌汁 A:さばのごまマヨ焼き B:若鶏の照り焼き ひじきの煮物 花野菜サラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:たらの生姜煮 B:和風ロールキャベツ かぼちゃの含め煮 小松菜の白和え フルーツ	ご飯/ワントンスープ A:酢豚 B:あじの風味焼き浸し 切干大根の煮物 ブロッコリーのごまあえ フルーツ	A:たぬきそば B:ご飯/お味噌汁 /ホキのおろし煮 五目炒め煮 ナムル フルーツ	わかめご飯/お味噌汁 A:赤魚の粕漬焼き B:豆腐ハンバーグ ふろふき大根 さつまいもサラダ フルーツ
おやつ	きみしぐれ	チーズ蒸しパン	エクレア	抹茶ババロア	ぶどうゼリー	パンプディング
	14日	15日	16日	17日	18日	19日
昼	 季節の行事食	ご飯/清まし汁 A:さんまの柚庵焼き B:牛肉と葱の煮込み にんじんシリシリ 春菊のお浸し フルーツ	A:ご飯/さごしのパン粉焼き B:チキンクリームパスタ 清まし汁 洋風茶碗蒸し コールスローサラダ フルーツ	A:シーフードカレー B:ご飯/ 卵とキクラゲの炒めもの コンソメスープ クリーミーコロケ ツナサラダ ヨーグルトフルーツ	ご飯/清まし汁 A:とんかつ B:さばの味噌煮 チンゲン菜の信田煮 海藻サラダ フルーツ	A:ご飯/あじフライ B:焼きそば お味噌汁 筑前煮 ほうれん草のごまあえ フルーツ
おやつ	スイスロール	マスカットゼリー	人参蒸しパン	黒糖饅頭	ワッフル	きなこミルクデザート
	21日	22日	23日	24日	25日	26日
昼	A:ご飯/コンソメスープ /ミートローフ B:関西風きしめん 大豆の煮物 さつまいもサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:鶏天&かき揚げ B:さばの塩焼き かぼちゃの含め煮 青菜の磯あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:たらの甘酢あんかけ B:肉と野菜の炒めもの 白菜の煮浸し 冷奴 フルーツ	ご飯/卵スープ A:麻婆豆腐 B:さわらのマヨ焼き じゃがいものそぼろ煮 小松菜の辛子あえ フルーツ	A:親子丼 B:ご飯/鮭のピザ焼き お味噌汁 いんげんの炒り煮 スパゲッティサラダ フルーツ	栗ご飯/清まし汁 A:さんまの塩焼き B:エビかつ&いかリング 大根とちくわの煮物 豆サラダ フルーツ
おやつ	いちごプリン	ねりきり	パインゼリー	かぼちゃ蒸しパン	フルーチェ	やわらかおかき
	28日	29日	30日	31日		
昼	ご飯/お味噌汁 A:白身魚のきのこあんかけ B:肉じゃがコロケ&メンチカツ 小松菜の煮浸し ごぼうサラダ フルーツ	A:ご飯/かき玉汁 /カレーの大葉味噌焼き B:カレーうどん がんもの含め煮 もやしのわさびあえ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:松風焼き B:赤魚の照り焼き かぼちゃのいとこ煮 チンゲン菜のおかかあえ フルーツ	A:三色とろろ丼 (とろろ・鮭・オクラ) B:ご飯/ 鶏肉の中華クリーム煮 お味噌汁 ひじき豆 ほうれん草の中華あえ フルーツ		
おやつ	ジャム付蒸しパン	芋ようかん	クリームあんみつ	ごまプリン		

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～




	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風					1日	2日
					ご飯/お味噌汁 A:揚げだし豆腐あんかけ B:たらの粕漬焼き 大根金平 ほうれん草の白和え フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:ますの南蛮漬け B:とんかつ ビーフソテー コーンサラダ フルーツ
おせし					ココア蒸しパン	フルーツきんとん
	4日	5日	6日	7日	8日	9日
風	A:スパゲッティナポリタン B:ご飯/さわらの葱ソース コンソメスープ ジャーマンポテト きゅうりとトマトのみぞれ酢 フルーツ	ご飯/かき玉汁 A:さばの煮付け B:八宝菜 さつまいものバター煮 ほうれん草の菊花あえ フルーツ	A:ご飯/チキン南蛮 B:鮭ちらし寿司 清まし汁 えび焼売 春菊のごまあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:マグロカツ B:豚肉とチンゲン菜の炒めもの ひじきの炒り煮 めかぶサラダ フルーツ	わかめご飯/味噌けんちん汁 A:白身魚の梅焼き B:鶏肉のチーズ焼き かぼちゃのいとこ煮 マカロニサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:松風焼き (鶏挽肉の味噌焼き) B:赤魚の照り焼き 大根金平 チンゲン菜のおかかあえ フルーツ
おせし	クリームあんみつ	人参蒸しパン	ピザまん	エクレア	やわらかおかき	黒糖蒸しパン
	11日	12日	13日	14日	15日	16日
風	A:きのこカレー B:ご飯/ぶり大根 コンソメスープ カニ風味卵焼き チンゲン菜のお浸し 杏仁豆腐	A:豚丼/清まし汁 B:京風うどん 豆腐揚げの生姜煮 わかめの酢の物 フルーツ	さつまいもご飯/お味噌汁 A:さばのごまマヨ焼き B:若鶏の照り焼き ひじきの煮物 花野菜サラダ フルーツ	ご飯/のっぺ汁 A:たらの生姜煮 B:和風ロールキャベツ かぼちゃの含め煮 小松菜の白和え フルーツ	ご飯/ワンタンスープ A:酢豚 B:あじの風味焼き浸し 切干大根の煮物 ブロccoliのごまあえ フルーツ	A:たぬきそば B:ご飯/お味噌汁 /ホキのおろし煮 五目炒め煮 ナムル フルーツ
おせし	抹茶ババロア	どらやき	チーズ蒸しパン	パインゼリー	芋ようかん	ぶどうゼリー
	18日	19日	20日	21日	22日	23日
風	ご飯/チャウダー A:鶏肉のチリソース B:たらのピカタ 切り昆布の煮物 フレッシュサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:鮭の塩焼き B:キャベツメンチカツ 里芋の煮物 お麩の酢の物 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さんまの柚庵焼き B:牛肉と葱の煮込み にんじんシリシリ 春菊のお浸し フルーツ	A:ご飯/さごしのパン粉焼き B:チキンクリームパスタ 清まし汁 洋風茶碗蒸し コールスローサラダ フルーツ	A:シーフードカレー B:ご飯/ 卵とキクラゲの炒めもの コンソメスープ カニクリーミーコロッケ ツナサラダ ヨーグルトフルーツ	～秋の味覚～ 舞茸ご飯 清まし汁 ごま味噌カツ チンゲン菜の信田煮 海藻サラダ フルーツ
おせし	きみしぐれ	ごまプリン	やわらかおかき	パンプディング	ミルクレープ	ワッフル
	25日	26日	27日	28日	29日	30日
風	A:ご飯/さわらの照り焼き B:三色そぼろ丼 お味噌汁 ブロccoliのかにあんかけ 揚げなすの辛子あえ フルーツ	ご飯/卵スープ A:麻婆豆腐 B:白身魚のマヨ焼き じゃがいものそぼろ煮 小松菜からしあえ 杏仁豆腐	ご飯/清まし汁 A:鶏天&かき揚げ B:あじの西京焼き かぼちゃの含め煮 小松菜の磯あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:カレーの甘酢あんかけ B:肉野菜炒め 白菜の煮浸し 冷奴 フルーツ	A:ご飯/コンソメスープ /ミートローフ B:関西風さしめん 大豆の煮物 さつまいもサラダ フルーツ	A:親子丼 B:ご飯/鮭のピザ焼き風 お味噌汁 いんげんの炒り煮 スパゲッティサラダ フルーツ
おせし	かぼちゃ蒸しパン	スイスロール	黒糖饅頭	いちごプリン	ジャム付蒸しパン	フルーチェ

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

〔12月〕

～デイサービスセンター向山～

	月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日	
昼	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の煮つけ B:回鍋肉 <small>(豚肉とキャベツの中華炒め)</small> 切り昆布の煮もの ほうれん草の菊花あえ フルーツ	ご飯/具沢山汁 A:白身魚フライ&イカフライ B:中華五目豆腐 ちくわとかぶの含め煮 春菊の磯あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:和風おろしハンバーグ B:メバルの香味焼き なすの味噌田楽 わかめサラダ フルーツ	手打ちそば かき揚げ 筑前煮 ほうれん草の白和え フルーツ そば打ち 実演	ご飯/お味噌汁 A:あじフライ B:鶏肉のクリーム煮 金平ごぼう かぼちゃサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:豚肉の味噌漬焼き B:ぶり大根 野菜炒め めかぶサラダ フルーツ	
おやつ	クリームあんみつ	人参蒸しパン	すいかゼリー	ねりきり	プリン	ココア蒸しパン	
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
昼	五目御飯/お味噌汁 A:たらの煮つけ B:千草焼き <small>(鶏ひき肉&野菜入り卵焼き)</small> ビーフソテー 小松菜の辛子あえ フルーツ	ご飯/ワンタンスープ A:八宝菜 B:あじのもろみ焼き じゃがいものそぼろ煮 春雨の酢の物 フルーツ	A:焼きそば B:ご飯 <small>/鶏肉のケチャップ炒め煮</small> 中華スープ カニコロケ フレッシュサラダ フルーツヨーグルト	A:ご飯/さわらの味噌マヨ焼き B:挽肉カレー 清まし汁 切干大根の炒り煮 小松菜の辛子あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:チーズインハンバーグ B:カレイのおろし煮 かぼちゃの甘煮 白菜のお浸し フルーツ	ご飯/清まし汁 A:白身魚の香り揚げ B:肉豆腐 ピーマンと人参の金平 もやし中華サラダ フルーツ	
おやつ	やわらかおかき	ミルクプリン	かぼちゃ蒸しパン	ワッフル	エクレア	コーヒーゼリー	
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
昼	菜飯/お味噌汁 A:ほっけの粕漬焼き B:ロールキャベツ 五目野菜炒め なすの中華風あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:タンドリーチキン B:ミックスフライ ひじきの炒り煮 スパゲッティサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:豚肉の生姜焼き B:白身魚の照り焼き さつまいものいとこ煮 ほうれん草の白和え フルーツ	A:ご飯/ タレ漬けとんかつ B:鮭と卵の三色丼 根菜の五目煮 白菜の海苔あえ フルーツ	A:ご飯/お味噌汁 /チキンピカタ B:けんちんうどん なすの味噌炒め 春菊のごまあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:たらの煮つけ B:鶏の金山寺焼き チンゲン菜ソテー 白菜ときゅうりのごま酢あえ フルーツ	
おやつ	みかん入りゼリー	きみしぐれ	チョコクレープ	チーズ蒸しパン	フルーチェ	いちごプリン	
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	
昼	ご飯/お味噌汁 A:白身魚の竜田揚げ B:麻婆豆腐 エビ焼売 いんげんのごまあえ フルーツ	クリスマス献立 			ご飯/清まし汁 A:揚げ豆腐野菜あんかけ B:カレイの田楽焼き 切干大根の煮物 なすのお浸し フルーツ	わかめご飯/お味噌汁 A:牛肉と里芋の煮物 B:あじのムニエル香味ソース 春雨ソテー ツナサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:鶏肉のマヨソースあえ B:鮭のクリームソースかけ 大根のべっこう煮 フレッシュサラダ フルーツ
おやつ	パンプディング				ババロア	ジャム付蒸しパン	つきたてお餅 (又はお餅風)
	30日						
昼	A:味噌かつ丼 B:ご飯/さんまの煮つけ 清まし汁 きくらげ炒め かぶサラダ フルーツ						
おやつ	笹まんじゅう						
						28日 餅つき 	

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風	<p>12/31(火)~1/3(金) 年末年始休業です</p>					4日
おせし						
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
風	ご飯/お味噌汁 A:エビカツ B:カレイの和風ソースかけ 五目大豆煮 ナムル フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の煮つけ B:回鍋肉 (豚肉とキャベツの中華炒め) 切り昆布の煮物 ほうれん草の菊花あえ フルーツ	ご飯/具沢山汁 A:白身魚フライ&イカフライ B:中華五目豆腐 竹輪とかぶの含め煮 春菊のおかかあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:和風おろしハンバーグ B:メバルの香味焼き なすの味噌田楽 わかめサラダ フルーツ	A:かき揚げうどん B:ご飯/お味噌汁 /親子煮 里芋の煮物 きゅうりの酢の物 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:あじフライ B:鶏肉のクリーム煮 金平ごぼう かぼちゃサラダ フルーツ
おせし	エクレア	クリームあんみつ	ココア蒸しパン	フルーチェ	やわらかおかき	おしるこ
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
風	ご飯/豚汁 A:白身魚の揚げ煮 B:麻婆茄子 いんげんの煮浸し もやしのピーナッツあえ フルーツ	五目御飯/お味噌汁 A:たらこの煮つけ B:千草焼き (ひき肉&野菜入り卵焼き) ビーフンソテー 小松菜のおかかあえ フルーツ	ご飯/ワンタンスープ A:八宝菜 B:あじのもろみ焼き じゃがいものそぼろ煮 春雨の酢の物 フルーツ	A:焼きそば B:ご飯/白身魚のケチャップ煮 中華スープ カニコロッケ フレッシュサラダ フルーツヨーグルト	A:ご飯/ さわらの味噌マヨ焼き B:ひき肉カレー かぼちゃの甘煮 ほうれん草の磯あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:チーズハンバーグ B:カレイのおろし煮 切干大根の炒り煮 白菜のお浸し フルーツ
おせし	コーヒーゼリー	スイスロール	ミニシュークリーム	かぼちゃ蒸しパン	梅ようかん	フルーツきんとん
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
風	A:ハヤシライス B:ご飯/赤魚のザーサイ蒸し コンソメスープ ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:白身魚のおろし煮 B:ロールキャベツ 五目野菜炒め なすの中華あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:タンドリーチキン B:ミックスフライ (サダロールフライ&クリームコロッケ) ひじきの炒り煮 スパゲッティサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:豚肉の生姜焼き B:白身魚の照り焼き さつまいものいとこ煮 ほうれん草の白和え フルーツ	A:ご飯/ タレ漬けとんかつ B:鮭と卵の三色丼 清まし汁 根菜の五目煮 白菜のゆかりあえ フルーツ	A:ご飯/お味噌汁 /豆腐ハンバーグ B:けんちんうどん なすの味噌炒め 春菊のごまあえ フルーツ
おせし	チーズ蒸しパン	やわらかおかき	いちごプリン	チョコクレープ	さつまいも蒸しパン	ぶどうゼリー
	27日	28日	29日	30日	31日	
風	ご飯/中華スープ A:中華肉団子 B:白身魚のあんかけ 炒り豆腐 春菊とあさりの和えもの フルーツ	ご飯/ワンタンスープ A:さばの塩焼き B:麻婆豆腐 海老焼売 いんげんのごまあえ 杏仁豆腐	A:ご飯/お味噌汁 /ミートローフ B:カレーうどん さつまいもの甘煮 ナムル フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:ほっけの粕漬焼き B:ポークピカタ 大根と蓮根の炒め煮 きゅうりの酢の物 フルーツ	ご飯/清まし汁 A:揚げだし豆腐のあんかけ B:カレイの田楽焼き 切干大根の煮つけ なすのお浸し フルーツ	
おせし	どらやき	パンプディング	黒糖饅頭	ピーチゼリー	ババロア	

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風	  					1日
おやつ						蒸しパン
風	3日	4日	5日	6日	7日	8日
風	<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> 節分行事食 </div>	A:味噌カツ丼 B:ご飯/さんまの煮つけ 清まし汁 きくらげ炒め 切干大根のサラダ フルーツ	A:かき揚げうどん B:ご飯/清まし汁 /豚肉の味噌焼き 焼売 白菜のお浸し フルーツ	A:ねぎとろ丼 B:ご飯/チキントマト煮 具沢山汁 金平ごぼう マカロニサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:カレイの揚げ浸し B:松風焼き (鶏ひき肉の味噌焼き) 切り昆布の煮物 ミモザサラダ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:肉じゃが B:サーモンのムニエル 炒り豆腐 ほうれん草とあさりの和え物 フルーツ
おやつ	ミニロールケーキ	やわらかおかき	人参蒸しパン	抹茶ババロア	フルーチェ	ココアワッフル
風	10日	11日	12日	13日	14日	15日
風	ご飯/お味噌汁 A:豚肉のキムチ炒め B:天ぷら 青菜の煮浸し マカロニサラダ フルーツ	わかめご飯/お味噌汁 A:メンチカツ&はんぺんフライ B:カレイの和風ソースかけ 五目大豆煮 ナムル フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の煮つけ B:回鍋肉 (豚肉とキャベツの中華炒め) 切り昆布の煮物 ほうれん草の菊花あえ フルーツ	ご飯/味噌けんちん汁 A:白身魚フライ&いかフライ B:中華五目豆腐 ちくわとかぶの含め煮 春菊のおかかあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:和風おろしハンバーグ B:メバルの香味焼き なすの味噌田楽 わかめサラダ フルーツ	A:かき揚げそば B:ご飯/お味噌汁 /親子煮 里芋の含め煮 きゅうりの酢の物 フルーツ
おやつ	きみしぐれ	エクレア	クリームあんみつ	かぼちゃ蒸しパン	チョコプリン	カスタードどらやき
風	17日	18日	19日	20日	21日	22日
風	ご飯/清まし汁 A:豚肉の味噌漬焼き B:ぶり大根 野菜炒め もずく酢 フルーツ	ご飯/豚汁 A:白身魚の揚げ煮 B:麻婆茄子 いんげんの煮浸し もやしのピーナッツあえ フルーツ	五目ご飯/お味噌汁 A:たらの煮つけ B:千草焼き (鶏ひき肉&野菜入り卵焼き) ビーフンソテー 小松菜のおかかあえ フルーツ	ご飯/ワンタンスープ A:八宝菜 B:あじのもろみ焼き じゃがいものそぼろ煮 春雨の酢の物 フルーツ	A:焼きそば B:ご飯/白身魚のケチャップ煮 中華スープ カニコロッケ フレッシュサラダ フルーツヨーグルト	A:ご飯/さわらの味噌マヨ焼き B:挽肉カレー 清まし汁 切干大根の炒り煮 ほうれん草の磯あえ フルーツ
おやつ	いちご蒸しパン	オレンジゼリー	やわらかおかき	どらやき	チーズ蒸しパン	フルーツきんとん
風	24日	25日	26日	27日	28日	29日
風	ご飯/清まし汁 A:白身魚の香り揚げ B:肉豆腐 ピーマンと人参の金平 もやしの中華サラダ フルーツ	A:ハヤシライス B:ご飯/赤魚のザーサイ蒸し コンソメスープ ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ フルーツ	菜飯/お味噌汁 A:白身魚のトマト煮 B:ロールキャベツ 五目野菜炒め なすの中華風あえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:タンドリーチキン B:コロッケ2種盛 ひじきの炒り煮 スパゲッティサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:豚肉の生姜焼き B:白身魚の照り焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の白和え フルーツ	A:ご飯/タレカツ B:鮭と卵の三色丼 清まし汁 根菜の五目煮 白菜の海苔あえ フルーツ
おやつ	ぶどうゼリー	ココア蒸しパン	黒糖饅頭	いちごプリン	チョコクレープ	パンプディング

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

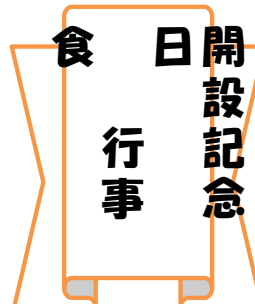

～デイサービスセンター向山～

	月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日
昼	ご飯/中華スープ A:酢鶏 B:メバルの香味焼き 大根の煮物 もやしの和え物 フルーツ	ひな祭り 行事食	ご飯/お味噌汁 A:さばの照り焼き B:鶏肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 かぶサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:すき焼き風煮込み B:お魚ハンバーグの和風あんかけ ひじきの炒り煮 中華サラダ フルーツ	A:ご飯 /鶏肉の和風クリーム煮 B:シーフードカレー コンソメスープ 野菜炒め いんげんのピーナッツあえ フルーツ	A:あんかけうどん B:ご飯/お味噌汁 /たらの煮つけ 豆腐焼売 ブロッコリーのごまあえ フルーツ
おやつ	ねりきり	桜餅(道明寺)	チーズ蒸しパン	やわらかおかき	上用饅頭	和のパンケーキ(抹茶味)
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼	ご飯/清まし汁 A:回鍋肉 <small>(豚肉とキャベツの中華炒め)</small> B:カレイの南蛮漬け 里芋の含め煮 小松菜の白和え フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の煮つけ B:豚肉の南部焼き 切干大根の煮つけ 菜の花のお浸し フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:メバルのきのこ蒸し B:とんかつ 高野豆腐の含め煮 もずく酢 フルーツ	A:中華旨煮丼 B:ご飯/ホキの香り揚げ お味噌汁 蓮根の金平 キャベツのツナあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:白身魚フライ B:麻婆豆腐 切り昆布の煮物 白菜の二色浸し フルーツ	五目ご飯/お味噌汁 A:ロールキャベツ B:あじの塩焼き じゃがいもの含め煮 せりともやしの磯あえ フルーツ
おやつ	ドーナツ	餡入り団子	ヨーグルトババロア	パンプディング	梅ようかん	フルーツきんとん
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼	A:ご飯/清まし汁 /さばの味噌煮 B:焼きそば チンゲン菜の信田煮 大根ときゅうりの浅漬け フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:肉じゃが B:たらのフリッター <small>(洋風天ぷら)</small> キャベツの当座煮 ブロッコリーのフレンチサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の西京焼き B:牛肉のオイスター炒め 揚げ餃子のあんかけ 焼きなすの浸し フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの粕漬焼き B:鶏と野菜の柚子胡椒焼き 若竹煮 きゅうりの酢の物 フルーツ	お彼岸 (春分の日) 五目ちらし 清まし汁 天ぷら盛り合わせ ひじきの煮物 いちごゼリー	A:親子丼 B:ご飯/カレイのピリ辛焼き お味噌汁 角天と大根の煮物 小松菜のピーナッツあえ フルーツ
おやつ	ココア蒸しパン	ごまプリン	ぶどうゼリー	ミルクプリン	おはぎ	人参蒸しパン
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼	ご飯/清まし汁 A:豚肉のねぎ味噌焼き B:ぶり大根 金平ごぼう スパゲッティサラダ フルーツ	A:三色そぼろ丼 B:ご飯/ホキのムニエル お味噌汁 里芋の含め煮 春菊のごまあえ フルーツ	A:ご飯/お味噌汁 /揚げだし豆腐あんかけ B:関西風わかめそば /白身魚の天ぷら 切り昆布の煮物 オクラのおかかあえ ヨーグルトフルーツ	ご飯/コンソメスープ A:チーズインハンバーグ B:あじの南蛮漬け 卵の花 ごぼうの味噌マヨあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの西京焼き B:豚肉の生姜焼き 冬瓜の土佐煮 ほうれん草の白和え フルーツ	ひじきご飯/若竹汁 A:ほっけの塩焼き B:タンドリーチキン ぜんまいの炒り煮 菜の花の辛子あえ フルーツ
おやつ	エクレア	フルーチェ	カスタードどらやき	黒糖饅頭	かぼちゃ蒸しパン	やわらかおかき
	30日	31日				
昼	ご飯/お味噌汁 A:すすきの揚げ煮 B:鶏の梅肉焼き ふきとたけのこの土佐煮 白菜としめじのお浸し フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:すき焼き温玉のせ B:白身魚のピカタ ビーフンカレーソテー なすの揚げ浸し フルーツ				
おやつ	きみしぐれ	蒸しパン(ジャム付)				

※都合により変更することもあります。ご了承下さい。

【予定献立表】

～デイサービスセンター向山～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
風			1日	2日	3日	4日
				ご飯/お味噌汁 A:さわらの磯焼き B:とんかつ いんげんの当座煮 マカロニサラダ フルーツ	A:豆入り挽肉カレー B:ご飯/カレイの中華ソース 卵スープ ジャーマンポテト ひじきのサラダ フルーツヨーグルト	A:かき玉うどん B:ご飯/お味噌汁 /鶏の照り焼き 海老つみれの煮物 コールスローサラダ フルーツ
おやつ			紅白饅頭	ごまプリン	グレープゼリー	ココア蒸しパン
風	6日	7日	8日	9日	10日	11日
風	ご飯/清まし汁 A:白身魚のトマト煮 B:かに玉風甘酢あんかけ 豆腐の田楽 カリフラワーの甘酢 フルーツ	A:親子丼 B:ご飯/たらのピリ辛焼き お味噌汁 角天と大根の煮物 小松菜のピーナッツあえ フルーツ	わかめご飯/お味噌汁 A:鶏肉のチーズ焼き B:ホキの甘酢あんかけ ひじきの炒り煮 もやしの和え物 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さばの照り焼き B:鶏肉の生姜炒め かぼちゃの煮物 かぶの酢の物 フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:すき焼き風煮込み B:鮭の和風あんかけ 五目煮 中華サラダ フルーツ	A:ご飯/ 鶏肉の和風クリーム煮 B:シーフードカレー コンソメスープ 野菜炒め いんげんのピーナッツあえ フルーツ
おやつ	桜ねりきり	オレンジゼリー	パンプディング	フルーツヨーグルト	やわらかおかき	どら焼き
風	13日	14日	15日	16日	17日	18日
風	ご飯/お味噌汁 A:鶏肉のパン粉焼き B:白身魚の揚げ浸し さつまいもの甘煮 白菜とささみのわさびあえ フルーツ	ご飯/清まし汁 A:回鍋肉 (豚肉とキャベツの中華炒め) B:カレイの南蛮漬け 里芋の含め煮 小松菜の白和え フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の煮つけ B:豚肉の南部焼き (甘辛ごま焼き) 切干大根の煮物 菜の花のお浸し フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:メバルのきのこ蒸し B:鶏の竜田揚げ 高野豆腐の含め煮 もずく酢 フルーツ	A:中華旨煮丼 B:ご飯/ホキの香り揚げ お味噌汁 蓮根の金平 キャベツのツナあえ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:白身魚フライ B:麻婆豆腐 切り昆布の煮物 白菜の二色浸し フルーツ
おやつ	いちごババロア	ドーナッツ	フルーチェ	チーズ蒸しパン	ミルクプリン	黒糖饅頭
風	20日	21日	22日	23日	24日	25日
風	A:ポークカレー B:ご飯/マスのムニエル コンソメスープ カニクリームコロッケ グリーンサラダ フルーツ	A:ご飯/さばの味噌煮 B:焼きうどん 清まし汁 チンゲン菜の信田煮 大根ときゅうりの浅漬け フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:肉じゃが B:たらの洋風天ぷら 若竹煮 ブロccoliのフレンチサラダ フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:赤魚の西京焼き B:牛肉のオイスター炒め 揚げ餃子あんかけ 焼き茄子の浸し フルーツ	ご飯/お味噌汁 A:さわらの粕漬焼き B:鶏肉と野菜の柚子胡椒炒め キャベツの当座煮 きゅうりの酢の物 フルーツ	A:五目ちらし B:ご飯/松風焼き 清まし汁 春のかき揚げ めかぶサラダ フルーツ
おやつ	人参蒸しパン	エクレア	きみしぐれ	紅茶ババロア	かぼちゃ蒸しパン	いちごゼリー
風	27日	28日	29日	30日		
風	A:ご飯/ さばのトマトソース B:鶏の照り焼き丼 お味噌汁 かぼちゃの煮物 大根なます フルーツ	ご飯/清まし汁 A:豚肉のネギ味噌焼き B:さんまの柚庵焼き 金平ごぼう スパゲッティサラダ フルーツ	A:三色そぼろ丼 B:ご飯/ホキのムニエル お味噌汁 里芋の含め煮 春菊のごまあえ フルーツ	ご飯/若竹汁 A:ほっけの塩焼き B:タンドリーチキン ぜんまいの炒り煮 ほうれん草の辛子あえ フルーツ		
おやつ	クリームあんみつ	さつまいも蒸しパン	やわらかおかき	カスタードどら焼き		