



食事メニュー

2015年 12月

デイサービス スノープラム

月	火 1日	水 2日	木 3日	金 4日	土 5日
	豆腐入りハンバーグ 釜揚げしらすのおろしポン酢 茎わかめの漬物 玉子スープ * 南瓜プリン	塩鮭のバター焼き・生野菜 鶏ミンチと千切り大根の煮物 ワカメの味噌汁 りんご	豆腐ボール・生野菜 もやし・青菜・カモ肉のナムル 大根の漬物 キャベツと薄揚げの味噌汁 * ブルーベリーケーキ	アメエビ入りチヂミ 大根・ちくわ・つみれの煮物 白菜の中華スープ りんご * 栗	ししゃもフライ・生野菜 豚肉と五目豆の煮物 二十日大根漬け そうめんの澄まし汁 * ワッフル
7日	8日	9日	10日	11日	12日
肉じゃが しらす大根おろし 胡麻昆布 えのきとわかめの味噌汁 * 柿ケーキ	赤魚の甘酢あん・生野菜 ほうれん草と胸肉の胡麻和え ジャガイモの味噌汁 パイナップル * フレンチトースト	豚の生姜焼き・生野菜 人参ごま味噌マヨ和え 安納芋のレモン煮 えのきの澄まし汁	ぎょうざ・生野菜 ブロッコリーのおかか和え 大根菜とちりめん炒め ワカメの中華スー プ	カレーライス 海藻サラダ 温泉玉子 巻麩の澄まし汁 * パンプリン	マーボ豆腐 青菜とちりめんのお浸し 白菜と大根の味噌汁 キウイ * ティラミス
14日	15日	16日	17日	18日	19日
トロシロバの漬け焼き・生野菜 レンコンと豚肉沢庵炒め エノキと薄揚げの味噌汁 キウイ * マフィン	大根・高野・南瓜・鶏つみれの煮物 ワカサギの佃煮 ずいきの酢の物 白菜と春雨の中華スープ * じゃ焼き	太刀魚のから揚げ・生野菜 大根とブロッコリーのかんぴら 茎わかめの佃煮 豆腐の味噌汁 * じゃ焼き	五目炊き込みご飯 海老カツ・生野菜 白菜のゆかり和え ラフランス そうめんの澄まし汁 * ファールケーキ	鶏胸肉のやわらか煮・生野菜 もやし・油揚げ・竹輪のナムル セロリの浅漬け 大根の味噌汁 * パウムクーヘン	天ぷら(海老・茄子・南瓜・レンコン・ししとう) 豚肉と高菜炒め ラフランス
21日	22日	23日	24日	25日	26日
豚肉のすき焼き風 ルッコラ青菜ちりめん炒め 大根と薄揚げの味噌汁 りんご	鶏つみれの人参すり流し しらすのおろしポン酢 白菜づけ エノキとわかめの澄まし汁	感謝祭 ちらしずし 海老フライ 鶏のから揚げ カモ肉 の燻製 筋大根 ポテトサラダ とまとの昆布 茶ドレッシング キウイ あんまん	フヨウハイ 大根田楽 きゅうりと高菜の漬物 春雨の中華スープ	カレイの甘酢あんかけ・生野菜 たけのこと豚肉のかんぴら 大根の漬物 ワカメと巻麩の澄まし汁	チキン南蛮・生野菜 もやしとほうれん草のお浸し 玉ねぎの味噌汁 ラフランス
28日	29日	30日	31日		
			お休み		
鯖の塩焼き・おろしポン酢・生野菜 豚肉入り五目豆煮 白菜づけ もやしと大根の味噌汁 * いもケーキ	豚バラのやわらか煮・煮玉子・生野菜 しらすのおろしポン酢 白菜と薄揚げの味噌汁 パイナップル * カステラ	茶碗蒸し 根菜と天ぷらの煮物 ブロッコリーのおかか和え きゅうちゃん漬け * 栗ケーキ		感謝祭 12月23日	