

♡ 今月のメニュー ♡

	SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	
	朝 黒糖ミルク コーンソテー 牛乳	朝 ごはん のり佃煮 高野の含め煮 牛乳 じゃが芋のおみそ汁	朝 クリームスライスと野菜のクリーム煮 ワインナーと野菜のクリーム煮 牛乳	朝 ハムと野菜のソテー 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(のりたまご) ししゃも ミルクティー 春菊のおみそ汁	朝 ミルクパン かぼちゃのスープ煮 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(しそ) 切干大根の煮物 ホットカルピス しいたけのおみそ汁	
12/1	昼 赤飯 さばの七味焼き 白菜とさつま揚げの煮物 元気ヨーグルト 豆腐のお吸いもの	12/2 昼 ごはん 赤魚の煮付け 和風サラダ 黄桃	12/3 昼 三色そば丼 筍と豆腐の揚げ出し りんご	12/4 昼 ごはん 鶏肉の塩から揚げ 大根サラダ	12/5 昼 ナポリタン カリフラワーサラダ マスカットゼリー	12/6 昼 ごはん 鮭のパン粉焼き ポテトサラダ 黒糖ミルクプリン	12/7 昼 ごはん さわらの黄身焼風 なすの甘辛炒め 元気ヨーグルト キャベツのおみそ汁	
	夕 ごはん 酢豚 三色しゅうまい いんげんのゆずしょうゆ和え	夕 ごはん 一口カツ 青菜のぬた 里芋のお吸いもの	夕 ごはん いかと野菜の炒め物 しいたけとツナと中華煮 もやしのナムル	夕 きこのお吸いもの とろろご飯 かれのり休焼き ごま豆腐 カリフラワーの和え物	夕 ごはん きのこ入り鶏つくねの照り焼き 刻み昆布と厚揚げの煮物 白菜の酢の物	夕 ごはん ミックスフライ もやしのおろししょうゆ和え 白菜のカレースープ	夕 ごはん すき焼き風煮 青菜と干しえびの炒め物 いんげんの和え物	
	朝 おいもちゃん ごぼうサラダ 牛乳	朝 ごはん たいみそ かんぴょうの煮物 牛乳 キャベツのおみそ汁	朝 ショウロール&カスタードロール ツナと野菜のソテー 牛乳	朝 ぶどうパン ワインナーのスープ煮 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(さけ) 山菜の煮物 ミルクココア しいたけのおみそ汁	朝 キャラメルリング キャベツのトマト煮 牛乳	朝 ごはん のり佃煮 かぼちゃの煮物 ミルクティー 玉ねぎのおみそ汁	
12/8	昼 ごはん 鶏肉のチーズ焼き ハムの野菜サラダ フルーチェ(みかん)	12/9 昼 五目チャーハン なすの揚げびたし 海藻サラダ	12/10 昼 ごはん あじの南蛮漬け 豆腐の銀あんかけ 元気ヨーグルト 筍のお吸いもの	12/11 昼 ごはん フライドチキン かぼちゃとレンコンのごまマヨ和え	12/12 昼 キーマカレー マゼアンサラダ 福神漬けとらっきょう漬け オレンジ	12/13 昼 木の葉丼 かぼちゃの甘煮 チンゲン菜のなめたけ和え もやしのおみそ汁	12/14 昼 炊き込みご飯 きつねうどん ほうれん草のおかか和え いちごゼリー	
	夕 混ぜご飯 白身魚の甘酢あんかけ 冷奴	夕 ごはん 煮込みハンバーグ ごぼうの甘辛炒め 青菜のピーナツ和え	夕 ごはん 海老と卵の千草焼き 五目豆 白菜の和え物	夕 ごはん 鮭の南部焼き 厚揚げの煮物 もやしの和え物	夕 わかめご飯 鶏のチリソース炒め さつま芋とレンコンの醤油あんかけ シルバーサラダ	夕 ごはん 八宝菜 がんもの炊き合わせ カリフラワーの和え物	夕 ごはん 牛肉とビーマンの細切り炒め ブロッコリーのえびあんかけ なます	
	朝 いちごジャムパン ベーコンとじゃが芋のソテー 牛乳	朝 ごはん ゆずみそ 厚揚げの煮物 牛乳 春菊のおみそ汁	朝 チョコカスター チキンボールのスープ煮 牛乳	朝 クリームパン もやしとベーコンのソテー 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(カツオ) 大豆の煮物 ホットカルピス えのきのおみそ汁	朝 ミルクツイスト&ミニズロール カリフラワーのケチャップソテー 牛乳	朝 ごはん 味のり たけこの煮物 ミルクココア さつま芋のおみそ汁	
12/15	昼 ごはん おでん 白菜の生姜酢和え えのきのおみそ汁	12/16 昼 ごはん 鶏肉のみそ煮 ブロッコリーの和風和え たけこのお吸いもの	12/17 昼 ごはん さばの香り煮 根菜の炒め物 バナナ	12/18 昼 ご飯 鮭のレモン醤油焼き うの花 みかん	12/19 昼 ごはん 豚肉とキャベツのピリ辛炒め 五色煮 ぶどうゼリー	12/20 昼 クリスマス会	12/21 昼 ごはん 牛肉のごま風味炒め 春巻き 桃のヨーグルト和え	
	夕 ごはん 白身魚の野菜あんかけ 里芋とイカの煮物 春菊のわさび和え	夕 ごはん あじの揚げ漬け 春雨のピリ辛炒め もずく酢	夕 ごはん 卵焼き和風あんかけ ツナと大根のサラダ 豆腐のお吸いもの	夕 ごはん 鶏肉と野菜クリーム煮 アスパラのゆずしょうゆ和え 青菜のコンソメスープ	夕 ごはん カレイの竜田揚げ 白菜の磯和え そばのお吸いもの	夕 ごはん 赤魚のおろし煮 卵と高菜の炒め物 玉ねぎとツナのごま和え	夕 ごはん 白身魚の香味焼き キャベツのゆずしょうゆ和え 吉野汁	
	朝 レーズンベストリー コーンサラダ 牛乳	朝 ごはん のり佃煮 ひじきの煮物 牛乳 ごぼうのおみそ汁	朝 レモンフラワーパン ベーコンスクランブル 牛乳	朝 ミルクパン 小松菜とワインナーのソテー 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(のりたまご) 刻み昆布の煮物 ミルクティー にらのおみそ汁	朝 チョコツイスト アスパラサラダ 牛乳	朝 ごはん たいみそ 切干大根の煮物 ホットカルピス しいたけのおみそ汁	
12/22	昼 二色丼 茄子とちくわのきんぴら あんみつ	12/23 昼 ごはん さんまの深味干し 炊き合わせ 黄桃	12/24 昼 ごはん 鶏と厚揚げの生姜煮 れんこんの甘辛炒め バナナ	12/25 昼 醤油ラーメン 炒り豆腐 青菜の和え物 杏仁フルーツ	12/26 昼 ごはん 鮭の石狩鍋風 れんこんサラダ えのきのお吸いもの	12/27 昼 ごはん 五目炒め 若竹の煮物 青菜の梅風味サラダ 元気ヨーグルト	12/28 昼 ごはん さわらのもろみ焼き ひじき入り卵焼き フルーチェ(メロン)	
	夕 粕汁 ごはん 豚肉の野菜炒め 長芋の白煮 白菜のレモン和え	夕 ごはん ハンバーグ 大根サラダ クリームスープ	夕 ごはん 白身魚のムニエルマトソース チーズと野菜のサラダ マカロニスープ	夕 ごはん コロッケ盛り合わせ ピーンズサラダ コンソメスープ	夕 ごはん 炒り鶏 冬瓜の煮物 もやしの和え物	夕 ごはん 五目ちらし寿司 大根の煮物 春菊のわさび和え 里芋のおみそ汁	夕 ごはん 松風焼き 白菜の和え物 豆腐のみそ汁	
	朝 ミニあんぱん&レーズンロール コンビーフと野菜のソテー 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(たらこ) ごぼうとちくわの煮物 牛乳 じゃが芋のおみそ汁	朝 ケチャップソテー 牛乳	朝 ケチャップソテー 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(のりたまご) 刻み昆布の煮物 ミルクティー にらのおみそ汁	朝 ごはん ふりかけ(のりたまご) 刻み昆布の煮物 ミルクティー にらのおみそ汁	朝 ごはん たいみそ 切干大根の煮物 ホットカルピス しいたけのおみそ汁	
12/29	昼 豚肉と野菜のピピン風ご飯 温奴 みかん	12/30 昼 ごはん 鶏肉のごまみそ照り焼き 玉ねぎの煮物 えのきのお吸いもの	12/31 昼 ごはん よせ鍋風煮 れんこんと根菜の甘辛炒め マスカットゼリー	夕 かやくご飯 年越し蕎麦 ふるふき大根 ブロッコリーの和え物	 <p>11月お楽しみメニュー</p>			夕 ごはん よせ鍋風煮 れんこんと根菜の甘辛炒め マスカットゼリー
	夕 ごはん ほきの蒲焼き れんこんとアスパラサラダ たまねぎのおみそ汁	夕 ごはん さばの生姜煮 明太奴 青のり和え	夕 かやくご飯 年越し蕎麦 ふるふき大根 ブロッコリーの和え物	夕 ごはん よせ鍋風煮 れんこんと根菜の甘辛炒め マスカットゼリー				夕 ごはん よせ鍋風煮 れんこんと根菜の甘辛炒め マスカットゼリー

平成25年12月



11月お楽しみメニュー

厨房掲示板

☺ 今月の行事 ☺ ☆印の日です

☆12月11日(水曜日) 昼食 おたのしみメニュー ☆12月20日(金曜日) 昼食 クリスマス会

☆12月31日(火曜日) 夕食 大晦日

あつという間に師走です。毎年同じようにつぶやいている気がします。12/2朝食から12/6昼食まで、食器を陶器類にかえ、温冷配膳車を使って食事を提供しました。一部の利用者さんには、カウンターでおかず等ご自分でとって頂くカフェテリア方式にもトライして頂きました。座席も介助用座席と自由に座って頂く座席とに分けて食事を提供しました。今回は短期間で、改善点等ないか検討させて頂きました。1/5から正式にこのサービスをスタートします。(管理栄養士 枝澤)