



2021年 1月 献立表

シャロン千里 デイサービス



	火	水	木	金	土
	5	6	7	8	9
昼食	ゆかりご飯 さわらの塩焼き ずんだ和え ふろふき大根 味噌汁	鶏肉のポトフ 海老入りサラダ フルーツ	鮭の利休焼き チンゲン菜の煮浸し 卵の花 味噌汁	鶏じゃが 卵豆腐 大根の酢の物 味噌汁	スパニッシュオムレツ アスパラサラダ スープ フルーツ
おやつ	紅白まんじゅう	紅白まんじゅう	粒あん最中	栗まんじゅう	粒あん最中
	12	13	14	15	16
昼食	牛ごぼうご飯 炊き合わせ 隠元のごま和え 赤だし	カラスガレイのバター醤油焼き マカロニサラダ のっぺい汁 フルーツ	散らし寿司 ほうれん草のお浸し 清まし汁	肉団子の酢豚風 サラダ 中華コーンスープ	鶏肉の味噌漬け焼き 温奴 ぜんまいの煮物 清まし汁
おやつ	フルーツケーキ	オレンジゼリー	シフォンケーキ	チョコレートケーキ	フルーツケーキ
	19	20	21	22	23
昼食	豚肉のくわ焼き 温奴 キャベツのわさびマヨ和え 味噌汁	中華2種盛り 大根の生姜あんかけ もやしのナムル 味噌汁	タンドリーチキン ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ	鮭の塩焼き 白菜の煮浸し おろし和え 味噌汁	白身魚のフライ 卵入りサラダ 味噌汁 フルーツ
おやつ	チーズタルト	カスタードケーキ	フルーツゼリー	あんかけ団子	チョコパウンドケーキ
	26	27	28	29	30
昼食	ホッケの生姜煮 ほうれん草の柚香和え 煮豆 清まし汁 フルーツ	サバの香味焼き さつま芋の甘煮 春菊の白和え 味噌汁	鮭の若布蒸し 炒り煮 隠元のごま和え 味噌汁	カレーライス 漬物 卵入りサラダ フルーツ	牛肉とエリンギのオイスターソース炒め ふろふき大根 菜の花のごま和え 味噌汁
おやつ	チョコパウンドケーキ	小豆蒸し羊羹	あんかけ団子	シフォンケーキ	きんつば



急な献立の変更が予想されますのでご了承ください。