



月	火	水	木	金	土	日
		1日	2日	3日	4日	5日
		ご飯 豚肉の生姜焼き 辛子和え 漬物 味噌汁 フルーツ	ご飯 煮魚 酢の物 切干大根煮 味噌汁	ちらし寿司 南京の煮物 すまし汁 フルーツ	ご飯 ミートローフ キャベツサラダ プレーンオムレツ コーンポタージュ	
6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
きつねうどん 炊き込みご飯おにぎり 白和え フルーツポンチ	ご飯 鶏肉と野菜の煮物 お浸し 漬物 味噌汁 フルーツ	ご飯 魚のコンクリーム焼き ほうれん草ソテー スパゲティサラダ コンソメスープ	ご飯 メンチカツ ポテトサラダ 漬物 味噌汁	中華弁当 	ご飯 魚の西京焼き かぼちゃのそぼろ煮 漬物 すまし汁 フルーツポンチ	
13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
ご飯 魚のみぞれ煮 ごま和え ひじきと大豆の煮物 白味噌汁 フルーツ	ご飯 魚の酒蒸し 梅ゴマダレ なすの炒め煮 漬物 かきたま汁	ご飯 トマトとなすのグラタン コールスローサラダ スペイン風オムレツ コンソメスープ フルーツポンチ	ご飯 焼魚のゆず味噌かけ ゴマ酢和え (もやし) 竹輪と昆布の煮物 すまし汁	ご飯 焼魚 里芋のそぼろあんかけ 金時豆 味噌汁	ご飯 豚肉と厚揚げの煮物 南京の煮物 大根なます 味噌汁	
20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
ご飯 山椒焼き (鶏肉) 金平ごぼう 漬物 味噌汁 フルーツ	ご飯 白身フライ ゴマ酢和え (もやし) 漬物 野菜スープ フルーツポンチ	炊きこみご飯 親子煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツヨーグルト	ご飯 回鍋肉 春雨の酢の物 漬物 たまごスープ フルーツ	醤油ラーメン おにぎり 中華和え 杏仁豆腐	ご飯 魚の照り焼き 南京の煮物 金平ごぼう 味噌汁	
27日	28日	29日	30日			
ご飯 焼魚 じゃが芋の煮物 漬物 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜焼き ピーナツ和え ひじきと大豆の煮物 味噌汁	水無月御膳 	ご飯 鮭のムニエル コールスローサラダ プレーンオムレツ コンソメスープ			

*献立は予告なく変更する可能性があります。ご了承ください。

デイサービスホーム幸楽園