

2021



ディサービス 街なか

1月の献立予定表



日	月	火	水	木	金	土	
					1	2	
						正月休み	
3 雑穀ごはん がんもの煮物 とろろのたたく 豚汁 フルーツ/漬物	4 鮭ごはん すき昆布の煮物 お浸し すいとん フルーツ/漬物	5 生姜ごはん 煮しめ たまごサラダ すいとん フルーツ/漬物	6 舞茸ごはん 生揚げの煮物 サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	7 七草粥/いなり 肉じゃが 酢の物 豚汁 フルーツ/漬物	8 きのこごはん 豚バラ大根 しらす和え 具沢山味噌汁 フルーツ/漬物	9 麻婆豆腐 根菜煮 スパサラ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	
10	11	12	13	14	15	16	
～ 新 年 会 ～							
17 鶏の唐揚げ ふるふる大根 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	18 ロール白菜 卵焼き ツナサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	19 鶏の照り焼き じゃがベーコン しらす和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	20 すき焼き風煮 南瓜の煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	21 肉巻き きんぴら 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	22 焼き肉 もやしの炒り煮 ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	23 カレーライス すき昆布の煮物 コールスローサラダ スープ フルーツ/漬物	
24 鮭のムニエル ひじきの煮物 胡麻和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	25 ポトフ 凍り豆腐 マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	26 焼魚(ホッケ) 卵とじ 南瓜サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	27 ポークピカタ 人参シリシリ お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	28 焼魚(赤魚粕) おでん風煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	29 鮭フライ ぜんまいの煮物 中華サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	30 煮魚(秋刀魚) 切り干し大根 プロッコリーサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	
31 豆腐ハンバーグ 白菜の煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物							
<p>◎食べられない食材がある場合は、 お気軽にお申し付けください。 ※メニューは変更になる場合がございます。</p>							