



2022

ディサービス ゆかり

1月の献立予定表



日

月

火

水

木

金

土



謹賀新年



1
休み

2
休み

3
鮭のホイル焼
煮物
まぐろ山かけ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

4
揚鶏のおろし煮
煮物
サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

5
シュウマイ
煮物
中華サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

6
カレーライス
卵のふわふわ蒸し
スープ
フルーツポンチ
漬物

7
すいとん
サバの竜田揚げ
七草お浸し
ごはん
フルーツ/漬物

8
お楽しみメニュー

9
ぎょうざ
人参しりしり
サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

10
ナスのひき肉はさみ揚げ
切干大根
和え物
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

11
生揚ロール
煮物
サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

12
焼魚(サバ)
おやき
白和え
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

13
はんぺんフライ
肉じゃが
お浸し
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

14
チャーハン
豚の中華揚げ
ナムル
スープ
フルーツ/漬物

15
新年会

16

17

18

19

20

21

新年会

22
油林鶏
煮物
和え物
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

23
カレーうどん
鶏肉のサッパリ煮
お浸し
おにぎり
フルーツ/漬物

24
シチュー
ちくわの豚肉巻き
サラダ
ごはん
フルーツ/漬物

25
エビフライ
グラタン
サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

26
豚生姜焼き
煮物
大根サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

27
煮込みハンバーグ
煮物
サラダ
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

28
焼魚(ほっけ)
袋煮
和え物
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物

29
きつねうどん
ミートボール
南瓜甘煮
ごはん
フルーツ/漬物

30
タラフライ
おやき
和え物
ごはん/吸い物
フルーツ/漬物

31
カツ煮
じゃが芋の味噌炒め
和え物
ごはん/味噌汁
フルーツ/漬物



◎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。

