

9月



ひだまりデイサービス 献立表



月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
米飯 みそ汁 赤魚のかす漬け焼き 小松菜のツナ和え オレンジ	ハヤシライス みそ汁 キャベツサラダ バナナ	米飯 みそ汁 あじの梅マヨ焼 白和え 梨	米飯 みそ汁 ほっけの焼き魚 大根サラダ キウイフルーツ	米飯 みそ汁 筑前煮 青菜のゴマ和え オレンジ	米飯 みそ汁 かに玉 茄子浸し バナナ
9日	10日	11日	12日	13日	14日
米飯 みそ汁 トラウトサーモンの焼き魚 キャベツのサラダ 梨	米飯 みそ汁 親子煮 きんぴらだいず バナナ	米飯 みそ汁 鶏肉のパンソース煮 キャベツサラダ キウイフルーツ	米飯 みそ汁 牛肉のソテー 焼コーンのマッシュポテト オレンジ	米飯 みそ汁 白身魚のホワイトソースかけ 冬瓜の煮物 キウイフルーツ	米飯 みそ汁 鮭の照り焼き スパサラ バナナ
16日	17日	18日	19日	20日	21日
栗入り赤飯 みそ汁 天ぷら 秋ナスの和え物 オレンジ	米飯 みそ汁 うさぎハンバーグ 白菜とリンゴのサラダ キウイフルーツ	米飯 みそ汁 エビチリ もやしの中華和え バナナ	カレーライス みそ汁 野菜サラダ りんご	米飯 みそ汁 タラの唐揚げ野菜あんかけ 白和え 梨	米飯 みそ汁 シュウマイ ポテトサラダ オレンジ
23日	24日	25日	26日	27日	28日
米飯 みそ汁 秋のスパニッシュオムレツ 山東菜の和え物 りんご	米飯 みそ汁 カレイのムニエル キャベツのサラダ バナナ	米飯 みそ汁 かに玉 きんぴらだいず キウイフルーツ	米飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 野菜サラダ オレンジ	米飯 みそ汁 タラのきのこバター焼き ほうれん草のおひたし 梨	月見とろろそば 冬瓜の煮物 りんご
30日					
米飯 みそ汁 豚肉のトマト煮 小松菜のおひたし オレンジ					