

1月分 献立表



岩見沢メディカルモールデイサービスセンターあすも

※献立は材料の都合で変更になる場合があります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	1	2	3	4	5	6
昼食				きつねうどん 厚焼き玉子（おろし和え） フルーツ	カレーライス 薬味 ミモザサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	御飯 鶏の唐揚げ 南瓜の甘煮 レタスとトマトのサラダ 味噌汁
おやつ				コーヒー牛乳プリン	どら焼き	ミニマドレーヌ
日付	8	9	10	11	12	13
昼食	わかめ御飯 たらの葱蒸し 炊き合わせ 春雨の和え物 味噌汁	十八穀米 鶏肉のみぞれ煮 長芋の塩炒め ほうれん草のお浸し 味噌汁	御飯 さばの漬け焼き 切り昆布の煮物 アスパラのピーナツ和え 味噌汁	わかめ御飯 チキンのグリル ガーリックソース マカロニサラダ ヨーグルト（ブルーベリーソース） オニオンスープ	御飯 卵と海老のチリソースがけ ピーマンともやしの炒め物 レタスとコーンのサラダ ザーサイのスープ	スパゲッティミートソース 温野菜サラダ グレープゼリー コンソメスープ
おやつ	カスタードケーキ	プリン	ストロベリーゼリー	おしるこ風	誕生日ケーキ	どら焼き
日付	15	16	17	18	19	20
昼食	御飯 赤魚のみりん醤油焼き さつま芋の甘煮 干草和え 味噌汁	からだ元気【体ほかほか】 玄米入り生姜御飯 メバルのおろし蒸し 人参の真砂炒め チンゲン菜の薬味浸し・味噌汁	肉うどん ちくわの磯部揚げ フルーツポンチ	冬のちらし寿司 ふるふき大根 ほうれん草のごま和え すまし汁	中華丼 餃子 ザーサイ和え 春雨のスープ	御飯 鯖の南蛮焼き じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜の柚子和え 味噌汁
おやつ	誕生日ケーキ	クリームブッセ	誕生日ケーキ	誕生日ケーキ	チョコバーム	抹茶ゼリー
日付	22	23	24	25	26	27
昼食	御飯 鮭のもと焼き 里芋の白煮 春菊の二色浸し 具沢山味噌汁	根菜カレー ブロッコリーの 味噌マヨネーズ和え バナナヨーグルト コンソメスープ	炊き込みご飯 赤魚のごま漬焼き ピーマンの当座煮 トマトの青じそ風味和え 味噌汁	御飯 ボークソテーオニオンソース かぶのクリーム煮 コーンサラダ コンソメスープ	御飯 さわらの唐揚げ 香味ソース 具入り卵焼き ほうれん草とえのきのお浸し 味噌汁	五目そば 南瓜いとこ煮 れんこんのくるみ和え
おやつ	プリン	誕生日ケーキ	豆乳プリン 黒蜜がけ	ミニバーム	フルーツあんみつ	クッキー
日付	29	30	31			
昼食	御飯 肉じゃが いかとピーマンの炒め物 フルーツ 味噌汁	御飯 鯖の竜田揚げ 切干大根の煮物 漬物 味噌汁	ライス チキンのトマト煮 レタスサラダ フルーツポンチ コンソメスープ			
おやつ	まんじゅう	イチゴのムース	カスタードケーキ			