

12月

オズデイサービスセンター

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	御飯 プルコギ風 キャベツとにらの炒め物 昆布とツナのサワー漬け 味噌汁 漬物	御飯 奈良県郷土料理 かしのすき焼き 奈良のっぺい ぜんまいの白和え 味噌汁 漬物	御飯 赤魚の照り煮 さつま芋と鶏肉の煮物 ほうれん草ののり和え 味噌汁 漬物	御飯 豚と大根のみそ煮 もやし中華炒め ほうれん草のかか和え 味噌汁 漬物	御飯 酢豚 いんげんと鶏肉の炒め物 白菜の柚子かつお和え 味噌汁 漬物	御飯 めばるの煮付け 鶏肉とじゃがいもの卵とし めかぶの和え物 味噌汁 漬物
おやつ	柿ミックスゼリー 紅茶	キャラメルパウンドケーキ 紅茶	田舎まんじゅう 煎茶	黒糖まんじゅう 煎茶	カフェマドレーヌ 紅茶	きなこシフォンケーキ 紅茶
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	御飯 さわらの磯部焼き 鶏肉とピーマンのケチャップ炒め オクラの生姜和え 味噌汁 漬物	御飯 厚揚げの肉豆腐 いんげんと竹輪の炒り煮 白菜の和え物 味噌汁 漬物	御飯 八宝菜 里芋の照り煮 いんげんのピーナツ和え 味噌汁 漬物	キーマカレー 玉葱とパプリカのサラダ ヨーグルトブルーベリーソース 漬物	御飯 カレイの照り焼き 人参と糸こんにのたらこ煮 マカロニサラダ 味噌汁 漬物	御飯 回鍋肉 じゃが芋の土佐煮 青梗菜の和え物 味噌汁 漬物
おやつ	たい焼き 煎茶	みるくまんじゅう 煎茶	ほうじ茶プリン 紅茶	パウンドケーキ 紅茶	桃山 煎茶	メロンゼリー 紅茶
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	御飯 鶏肉の南蛮漬け カリフラワーの炒め物 オクラと人参の和え物 味噌汁 漬物	御飯 牛肉と野菜の焼き肉炒め じゃが芋とブロッコリーのクリーム煮 卵の花炒り(冷) 味噌汁 漬物	御飯 煮込みハンバーグ なすの揚げ浸し 青梗菜のごまおかか和え 味噌汁 漬物	御飯 めばるの照り焼き 里芋のごま味噌煮 ほうれん草の辛子和え 味噌汁 漬物	御飯 鶏肉の生姜焼き いんげんの塩だれ炒め わかめと胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物	御飯 ホキのごま味噌焼き さつま芋と昆布の旨煮 カリフラワーの酢味噌かけ 味噌汁 漬物
おやつ	サンドケーキ(あんこ) 紅茶	コーヒーゼリー 紅茶	みるくまんじゅう(クリーム) 煎茶	やわらか餅みたらし風 煎茶	ショコラケーキ 紅茶	今川焼き 煎茶
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	御飯 鯆のかば焼き 豚と野菜の味噌炒め かぼちゃサラダ 味噌汁 漬物	御飯 鮭の塩焼き マカロニといんげんのカレー炒め ハムと玉葱のマリネ 味噌汁 漬物	オムライス 鶏肉の唐揚げ チョコプリン スープ	御飯 豚肉の和風おろし煮 蓮根のおかか煮 もやしの酢の物 味噌汁 漬物	御飯 柳川風煮 大根金平 キャベツのピーナツ和え 味噌汁 漬物	御飯 豚肉とキャベツの塩だれ炒め 海老団子のスープ煮 わかめの煮浸し 味噌汁 漬物
おやつ	モンブランケーキ 紅茶	お茶まんじゅう 煎茶	サンドケーキ 紅茶	ねりきり 煎茶	栗あんまんじゅう 煎茶	オレンジシフォンケーキ 紅茶
日付	30日	31日				
昼食	御飯 牛肉と蓮根のごま炒め いんげんと揚げのソテー もやしのナムル 味噌汁 漬物	休み				
おやつ	おもち 煎茶					

都合により献立が変更になる場合がございます。ご了承下さい。