

3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 鰹の南蛮漬け 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 味噌汁 漬物	ひな形寿司 筍と豚肉の煮物 フルーツ 茶碗蒸し	御飯 チンジャオロース 豆の卵とじ キャベツのおかか和え 味噌汁 漬物	御飯 海鮮中華旨煮 しゅうまい 青梗菜の和え物 味噌汁 漬物	御飯 豚肉の生姜焼き なすの煮浸し ひじきの白和え 味噌汁 漬物	チキンカレー キャベツとツナのサラダ ヨーグルト 漬物
おやつ	ベリーパウンドケーキ 紅茶	ひなあられ 甘酒	今川焼き 煎茶	マドレーヌ 紅茶	みるくまんじゅう 煎茶	ココアシフォンケーキ 紅茶
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	御飯 たらの味噌マヨ焼き さつま芋の甘煮 ごぼうの中華風ごま和え 味噌汁 漬物	御飯 肉じゃが キャベツとベーコンのソテー オクラの生姜和え 味噌汁 漬物	御飯 鰹の木の芽味噌焼き ふきのそばろ煮 かぼちゃサラダ 味噌汁 漬物	御飯 カレイのおろし煮 昆布豆 拌三糸 味噌汁 漬物	御飯 ホキの甘酢あん 野菜のクリーム煮 いんげんのゆかり和え 味噌汁 漬物	御飯 さばの味噌煮 高野豆腐の含め煮 青梗菜の和え物 味噌汁 漬物
おやつ	ねりきり 煎茶	黒糖まんじゅう 煎茶	梅ゼリー 紅茶	ぜんざい 煎茶	フィナンシェ 紅茶	いちごミルクプリン 紅茶
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	御飯 豚肉の時雨煮 昆布とさつま揚げの炒り煮 いんげんの辛子和え 味噌汁 漬物	御飯 赤魚のごま焼き 白菜の炒め物 卵の花炒り(冷) 味噌汁 漬物	御飯 鶏と里芋の照り煮 青梗菜の炒め物 マカロニサラダ 味噌汁 漬物	御飯 クリームシチュー キャベツとかにかまのサラダ フルーツ 漬物	御飯 牛肉と野菜のオイスター炒め スナックえんどうのバター醤油 カリフラワーのマリネ 味噌汁 漬物	御飯 つくねの照り焼き なすの甘辛煮 春雨の酢の物 味噌汁 漬物
おやつ	田舎まんじゅう 煎茶	チョコマドレーヌ 紅茶	みるくまんじゅう 煎茶	レアチーズケーキ 紅茶	おはぎ 煎茶	きなこシフォンケーキ 紅茶
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	御飯 鰹の生姜醤油焼き 豚とピーマンのピリ辛炒め コールスロー 味噌汁 漬物	キーマカレー スパゲティサラダ フルーツ 漬物	御飯 ぶり大根 こんにゃくの炒り煮 きのこと玉葱のマリネ 味噌汁 漬物	ねぎとろ丼 高野豆腐のサイコロ煮 フルーツ 味噌汁	御飯 和歌山県郷土料理 さばの香味揚げ するっぽ 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 漬物	御飯 鶏肉の和風ロースト きのこの炒め煮 めかぶの和え物 味噌汁 漬物
おやつ	ワッフル 紅茶	キャラメルパウンドケーキ 紅茶	おしるこ 煎茶	コーヒーゼリー 紅茶	いちごサンドケーキ 紅茶	たい焼き 煎茶
日付	30日	31日				
昼食	御飯 豚なす麻婆 いんげんとツナの炒り煮 小松菜の酢味噌かけ 味噌汁 漬物	御飯 たらのごま焼き ひじき豆 菜の花の和え物 味噌汁 漬物				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。
おやつ	ほうじ茶プリン 紅茶	桜どらやき 煎茶				