

# 10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						1日
昼食	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。					赤飯 メルソテーオニオンソース 大根と小海老の煮物 ポテトサラダ 味噌汁
おやつ						パウンドケーキ 紅茶
日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	御飯 ハンバーグ いか袱紗焼き 大根と人参の和え物 味噌汁 漬物	吹き寄せ寿司 白菜と豚肉の煮物 小松菜のおから和え 味噌汁	御飯 焼きそば 大豆と竹輪の煮物 フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 さわらの照り焼き 絹揚げと豚肉の炒め煮 もやしとかまぼこの土佐酢和え 味噌汁 漬物	御飯 豚のマスタード炒め 茄子の揚げ浸し 白菜となめこの豆乳和え 味噌汁 漬物	栗ごはん さんまの生姜煮 カリフラワーとベーコンのソテー 胡瓜のごま酢 茶碗蒸し(なると、銀杏)
おやつ	きなこソフトマフィン 紅茶	プリン 紅茶	今川焼き 煎茶	酒まんじゅう 煎茶	オレンジシフォンカップケーキ 紅茶	ぜんざい(もち麩) 煎茶
日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	萩御飯 鮭の若狭焼き 蓮根と竹輪の煮物 柿ゼリー 味噌汁	御飯 ビビンバ盛り 海老しゅうまい 胡瓜の昆布和え 中華スープ 漬物	御飯 鶏の豆鼓蒸し ひじきと豚肉の炒め煮 白菜となめこの梅和え 味噌汁 漬物	御飯 ホキグリルベっこうあん 金平ごぼう キャベツとしめじの塩麹ドレサラダ 味噌汁 漬物	握り寿司 きつねうどん もやしと鶏肉の炒め物 アスパラと玉葱のサラダ	御飯 銀ひらすの西京焼き 高野豆腐と鶏みんちの煮物 フルーツ 味噌汁 漬物
おやつ	みるくまんじゅう(クリーム) 煎茶	よもぎあんシュー 紅茶	ミルクプリンあんずソース 紅茶	きなこシフォンカップケーキ 紅茶	コーヒーゼリー 紅茶	黒糖まんじゅう(白あん) 煎茶
日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	御飯 赤魚の焼き浸し 茄子の田舎煮 白桃缶ピーチジュレ 味噌汁 漬物	しょうけめし さわらの柚庵焼き 斗六煮豆 いんげんとパプリカのスローサラダ 味噌汁	御飯 かつとし しろなのじゃこ炒め フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 肉うどん 高野豆腐のサイコロ煮 青梗菜とツナのバンバンドレサラダ 漬物	ねぎとろ丼 キャベツと鶏みんちの炒め物 フルーツ 味噌汁	御飯 鶏肉のさっぱり煮 もやしとハムの炒め物 きざみおくらのとろろ和え 味噌汁 漬物
おやつ	スイートポテト 紅茶	アセロラゼリー 紅茶	みるくまんじゅう(白あん) 煎茶	ミニたい焼き 煎茶	田舎まんじゅう 煎茶	ココアシフォンケーキ 紅茶
日付	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	さつま芋カレー ブロッコリーとコーンのおからサラダ 抹茶ゼリーとフルーツ 漬物	御飯 牛肉の和風炒め 黒豆がんもの煮物 もやしとちりめんの塩麹ドレサラダ 味噌汁 漬物	御飯 プレーンコロケ 蓮根と昆布の煮物 うまい菜と油揚げの和え物 味噌汁 漬物	御飯 あさりの玉子とし 里芋と鶏肉の煮物 胡瓜の甘酢 味噌汁 漬物	御飯 鶏の柚子風味グリル 大豆と昆布の煮物 ほうれん草と平天のピリ辛和え 味噌汁 漬物	御飯 黄金カレイの山椒煮 卵の花 アスパラと人参の塩ごま和え 味噌汁 漬物
おやつ	黒糖水ようかん 煎茶	栗あんまんじゅう 煎茶	いちごトルテ 紅茶	ベリーパウンドケーキ 紅茶	おしるこ 煎茶	きんつば 煎茶