

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	2日	3日	4日	5日
昼食		赤飯 鶏肉のねぎ焼き 高野豆腐と椎茸のサイコロ煮 ブロッコリーとパプリカのピーナッツドレ和え 味噌汁	御飯 あじの照り煮 茄子の揚げ浸し フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 鶏大根 白オといかのとろみ炒め 奴豆腐 梅だれ 味噌汁 漬物	御飯 きつねそば 里芋のそぼろ煮 ひじきとハムのマヨサラダ 漬物	御飯 ホキの揚げ浸し もやしと鶏肉の炒め物 胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物
おやつ		しっとりどらやき カスタード	抹茶ロールケーキ	プリン	練切 かぼちゃランタン・秋の彩	きな粉シフォンカップケーキ
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
昼食	御飯 さわらの西京焼き 大根と豚肉の炒め物 柿ミックスゼリー すまし汁 漬物	御飯 ビビンバ えびシューマイ ブロッコリーと油揚げの和え物 中華スープ 漬物	御飯 鶏肉の豆鼓蒸し 大豆とこんにゃくの煮物 ポテトサラダ 味噌汁 漬物	吹き寄せ寿司 切干大根の煮物 ブロッコリーとパプリカのスローサラダ 味噌汁	御飯 白身魚の煮付け ベーコンと枝豆の塩バターソテー 冷やし冬瓜 味噌汁 漬物	休み
おやつ	みるくまんじゅう 白あん	カフェマドレーヌ	ぎんつば	黒ごま水ようかん	みるくまんじゅう 抹茶あん	
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
昼食	御飯 赤魚の焼き浸し 茄子の田舎煮 キャベツのピーナッツドレサラダ 味噌汁 漬物	栗御飯 秋刀魚の生姜煮 もやしと豚肉の炒め物 フルーツ 味噌汁	御飯 豚カツの卵とじ キャベツとかまぼこの煮浸し カリフラワーといんげんのおからサラダ 味噌汁 漬物	御飯 鴨南蛮うどん 里芋と豚肉の煮物 青梗菜とツナの胡麻ドレサラダ 漬物	ねぎとろ丼 キャベツとあさりの炒め物 黄桃缶のピーチジュレ 味噌汁	御飯 鶏肉のにんにく醤油焼き 大豆と椎茸の煮物 冷やし冬瓜 味噌汁 漬物
おやつ	スイートポテト	酒まんじゅう	ショコラケーキ	黒糖ソフトマフィン	あんシュー よもぎあん	ココアシフォンケーキ
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
昼食	秋の恵みカレー ブロッコリーの洋風お浸し ヨーグルトはちみつソースかけ 漬物	御飯 海老マカロニグラタンフライ 冬瓜の煮物 小松菜と平天のバンバンドレサラダ 味噌汁 漬物	御飯 鮭の塩焼き 蓮根と油揚げの煮物 白オのレモン風味 味噌汁 漬物	御飯 赤魚の照り煮 浦上そぼろ 長崎県郷土料理 胡瓜の昆布和え 味噌汁 漬物	オムライス しろなとツナのソテー マカロニサラダ コンソメスープ	御飯 焼きさばの南蛮漬け 卵の花 白オといんげんの和え物 味噌汁 漬物
おやつ	黒糖まんじゅう こしあん	きな粉プリン	今川焼き	しっとりまんじゅう・ぼたぼた焼き	パウンドケーキ	カステラ
日付	28日	29日	30日	31日		
昼食	御飯 木の葉煮 白オと鶏肉の煮物 フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 白身魚の煮付け 大根と豚肉の炒め物 青梗菜と油揚げの山葵和え 味噌汁 漬物	御飯 ハンバーグ おろしソース 柊尾煮 玉ねぎとツナのマリネ 味噌汁 漬物	御飯 ブレンコロッケ 大豆と小えびの煮物 コールスローサラダ 味噌汁 漬物		
おやつ	ストロベリーショート	栗あんまんじゅう	抹茶シフォンケーキ	パウンドケーキ 抹茶あずき		

※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。
※飲み物は選択制になります。