

デイサービス 12月 献立表

	月	火	水	木	金	土
	<p>冬の冷え込みが本格的になり、今年も残すところあと1ヶ月となりました。皆様、年越しの準備は始めていますか？</p> <p>グリーンヒルみふねでは、大晦日の年越しそばはもちろんのこと、クリスマスメニューや年忘れ会など、12月も多くの行事食を予定しています。</p> <p>年忘れ会では、例年同様お刺身などを予定しており、先月の押し寿司同様普段は提供することの少ないメニューなので、ご利用者の皆様に喜んで頂けるよう張り切っています。</p> <p>栄養士 江原</p>					1
	3	4	5	6	7	8
昼食	ご飯 鶏のにんにく味噌煮 添え（さつま芋） かにスパサラダ キャベツのスープ 揚げ出し豆腐 ほうれん草のソテー オーロラソース和え	ご飯 鮭フライ和風ソース 添え（トマト） キャベツサラダ 南瓜と大豆のスープ 鶏つくね ピーマンのナッツ和え 果物（みかん）	ご飯 豚肉の塩麴炒め ひじきの味噌マヨ和え にゅうめん かぶの梅あえ 南瓜コロッケ 小松菜のわさび和え	ご飯 魚の西京焼 添え（さつま芋） ほうれん草のお浸し すまし汁（あおさ） ふわふわ卵焼き しめじの白和え もやしのナッツ和え	ご飯 焼き鯖のねぎソースかけ 添え（ジャガイモ） 春雨の酢の物 具沢山味噌汁 長芋と豚肉のソテー フロッコリーのマスタード和え 玉ねぎのかき揚げ	ご飯 豚の生姜焼 酢味噌和え 里芋のとりみ汁 ソーセージの磯辺揚げ かぶの酢の物 さつま芋のレモン煮
	10	11	12	13	14	15
昼食	ご飯 魚の梅酢あんかけ キャベツのおかか和え 豆乳味噌汁 里芋の煮物 白菜の海苔和え 果物（キウイ）	たまご丼 ささみの梅肉和え すまし汁（わかめ） マンゴー 長いもの土佐煮 エビのオーロラソース和え	ご飯 鶏のオイスターソース煮 添え（南瓜） 大豆の味噌サラダ すまし汁（しんじょう） ポテトフライ ほうれん草のナッツ和え リンゴのシナモン煮	手作りパンの日 ほうれん草パン 南瓜あんぱん ポトフ 蒸し鶏のサラダ ナポリタン 錦糸卵のえびしんじょう 煮豆	ご飯 魚のねぎチーズ焼き 添え（ピーマン） ミモザサラダ 吉野汁 わかめの酢の物 蓮根の煮物 果物（バナナ）	ゆかりおにぎり 親子うどん 小松菜のボン酢マヨ和え マンゴー 里芋のバター炒め キャベツののりあえ
	17	18	19	20	21	22
昼食	ご飯 豚肉とキャベツの味噌炒め きのこのマリネ かぶのみぞれ汁 マカロニのケチャップ炒め ほうれん草のお浸し 南瓜の甘露煮	ご飯 魚の香味焼 添え（里芋、干し） ひじきの白和え すまし汁（ほうれん草） 大根のおかか煮 オクラの柚子風味和え 白菜の塩昆布和え	年忘れ Part1 五目混ぜご飯 刺身盛り合わせ 炊き合わせ 鶏の甘酢煮 厚焼きたまご アスパラのピーナツ和え 雪花うさぎ	年忘れ Part2 散らし寿司 天ぷら 煮しめ 鶏の西京焼 厚焼きたまご ピーマンの塩昆布和え 冬椿	ご飯 鶏の柚子胡椒味噌揚げ 添え（フロッコリー） 蓮根の酢の物 いわしのつみれ汁 じゃが芋のおやき ほうれん草のサラダ 果物（バナナ）	ご飯 魚の治部煮 添え（法蓮草） 南瓜の柚子和え 白菜の味噌汁 マカロニサラダ ピーマンの梅和え 果物（オレンジ）
	24	25	26	27	28	29
昼食	ご飯 おでん ピーナツ入りなます とろろ汁 南瓜の甘露煮 チンゲン菜のオイスターソース きのこのもろみ和え	クリスマス トマトピラフ ローストチキン 添え（マッシュポテト） 白いんげん豆のスープ ピーマンの胡麻だれ 豆腐の甘辛煮 かぶの昆布茶和え	ご飯 鶏の照り焼き 添え（大根、人参） ほうれん草のくるみ和え なめこの味噌汁 いんげんのかき揚げ 南瓜のミルク煮 ゆかりスパゲッティ	ご飯 魚の揚げ煮 南瓜のサラダ 豆腐のすまし汁 長いものゆかり和え ツナマヨ和え 煮豆	ご飯 豚肉の味噌炒め じゃが芋のサラダ かぶのスープ 鮭の生姜焼き 人参しりしり 柚子茶巾	バターロール トマトソーススパゲッティ 切干大根のサラダ コーンスープ 魚の梅天ぷら ニラ卵 長芋のわさび和え