

# ☆平成31年3月の献立☆

## デイサービス

|            |                                                    |            |                                                   |
|------------|----------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------|
| 1日<br>(金)  | ご飯 味噌汁<br>鯖のにんにく生姜焼き がんもの含め煮<br>みかん                | 17日<br>(日) | ご飯 にゅうめん<br>小松菜とえびのとりみ炒め エノキとじゃこの酢の物              |
| 2日<br>(土)  | ご飯 味噌汁<br>鶏和風煮 春雨と卵の炒め物<br>牛乳カン                    | 18日<br>(月) | ご飯 味噌汁<br>カツの卵とじ 長芋と大根の酢の物<br>りんごシロップ漬け           |
| 3日<br>(日)  | ちらし寿司 お吸い物<br>ブリ照り焼き 菜の花とうどの辛子酢味噌和え<br>ピーチゼリー      | 19日<br>(火) | ご飯 味噌汁<br>鮭の味噌バターソース 菜の花と竹輪のわさびマヨ和え<br>しば漬け       |
| 4日<br>(月)  | ご飯 味噌汁<br>白菜と里芋の梅風味煮 ねりこみ<br>大根の塩昆布和え              | 20日<br>(水) | ご飯 さつま汁<br>キャベツとえびの塩炒め 青梗菜と竹輪の胡麻和え<br>フルーチェ(ベリー)  |
| 5日<br>(火)  | ご飯 味噌汁<br>豚の梅生姜焼き 炊き合わせ<br>いちごゼリー                  | 21日<br>(木) | ご飯 味噌汁<br>鱈とベーコンのトマト煮 白菜としめじの辛子醤油和え<br>三つ葉のなめこおろし |
| 6日<br>(水)  | ご飯 かき玉汁<br>鯖の焼漬け 筍と菜の花の味噌炒め<br>三色和え                | 22日<br>(金) | ご飯 味噌汁<br>きのこと鮭のカレー炒め アスパラのポテ玉サラダ<br>杏仁風デザート      |
| 7日<br>(木)  | ご飯 野菜たっぷりスープ<br>お豆腐メンチカツ ブロッコリーとハムのサラダ<br>ぶどうゼリー   | 23日<br>(土) | ご飯 味噌汁<br>シルバーの味噌漬け焼き 切り干し大根の花卵<br>みかん            |
| 8日<br>(金)  | ご飯 味噌汁<br>豚とキャベツのソース炒め 大豆ときのこの煮物<br>カレーピクルス        | 24日<br>(日) | ひじきご飯 味噌汁<br>鶏のおかか醤油炒め たけのこと菜の花の味噌和え<br>さくら漬け     |
| 9日<br>(土)  | ご飯 コンソメスープ<br>春野菜カレー シーザーサラダ<br>フルーツヨーグルト          | 25日<br>(月) | ご飯 ワンタンスープ<br>鮭フライ わかめとひじきの和風サラダ<br>しば漬けのおろし和え    |
| 10日<br>(日) | ご飯 味噌汁<br>豚のネギ味噌炒め 切干とカリフラワーサラダ<br>いちごゼリー          | 26日<br>(火) | ご飯 味噌汁<br>豚のポン酢焼き じゃが芋とアスパラのサラダ<br>カリフラワーの梅肉和え    |
| 11日<br>(月) | 炊き込みご飯 八杯豆腐<br>サバの和風カレー煮 大根の薄葛煮<br>りんごシロップ漬け       | 27日<br>(水) | ご飯 わかめの中華スープ<br>シュウマイのかに玉あんかけ もやし中華和え<br>牛乳カン     |
| 12日<br>(火) | ご飯 味噌汁<br>鶏チャンプルー 温野菜サラダ<br>杏仁風デザート                | 28日<br>(木) | ご飯 味噌汁<br>メヌケ煮付け 切干大根の煮物<br>りんごシロップ漬け             |
| 13日<br>(水) | ご飯 味噌汁<br>春味肉じゃが 青菜とささみの梅肉和え<br>なめこおろし             | 29日<br>(金) | ご飯 味噌汁<br>とんかつ 大根ときのこの煮物<br>ピーチゼリー                |
| 14日<br>(木) | 焼きおにぎり けんちんうどん<br>やわらかチキン照焼き レタスとコーンのサラダ<br>りんごゼリー | 30日<br>(土) | ご飯 具だくさん汁<br>鶏とさつま芋の鍋照り焼き うどの酢みそ和え<br>ゼリー         |
| 15日<br>(金) | ご飯 味噌汁<br>春の揚げだし豆腐 菜の花のシーザーサラダ<br>しば漬けのおろし和え       | 31日<br>(日) | ご飯 山菜そば<br>フィッシュナゲット 和風大根サラダ<br>お新香               |
| 16日<br>(土) | パン ビーフシチュー<br>鶏のおかずサラダ 野菜ジュース                      |            |                                                   |

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。