

# 献立表

こもね在宅サービスセンター

2018年1月

※都合により、変更になる場合があります。

月	火	水	木	金	土
			4日 ごはん 清まし汁 鶏肉の山椒焼 じゃがいものバター炒め ごぼうサラダ オレンジ 漬物 干支饅頭	5日 わかめごはん みそ汁 メダイの照焼 南瓜とひき肉の煮物 うまい菜のお浸し ヨーグルト(苺ソース) 漬物 カスタードケーキ	6日 ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き 冬瓜の土佐煮 花野菜サラダ マンゴーコンポート 漬物 ずんだどら焼き
8日 ごはん みそ汁 鶏肉のマヨネーズ焼 もやしとハムのソテー 隠元のゴマ和え メロンとみかん缶 漬物 ヨーグルトムース	9日 梅しらすごはん みそ汁 海老と厚揚げの塩炒め 青菜炒め 春雨サラダ 抹茶ムース ザーサイ スイスロール(コーヒー)	10日 ごはん 清まし汁 たらのちゃんちゃん焼 里芋の煮物 白菜のマヨ和え フルーツミックス 奈良漬 エクレア	11日 ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 焼きビーフン 小松菜の和え物 バナナと黄桃缶 漬物 抹茶ワッフル	12日 ごはん みそ汁 白身魚のムニエル しろ菜とさつま揚げの煮浸し マカロニサラダ キウイ 漬物 ドーナツ	13日 ポークカレー コンソメスープ 大根の蟹あん コールスローサラダ りんごヨーグルト 吹雪まんじゅう
15日 ごはん 清まし汁 豚肉の味噌焼 切干大根の炒め煮 ツナ和え オレンジ 漬物 おはぎ	16日 ごはん みそ汁 さばの生姜煮 レンコン金平 小松菜のお浸し メロンと白桃缶 漬物 ミニたい焼き	17日 ごはん コンソメスープ 鶏肉のカレー風味焼 きのこソテー 豆サラダ はちみつヨーグルト 漬物 いちご蒸しパン	18日 ゆかりごはん 清まし汁 黄金カレイの葱味噌焼 豚肉のごぼうの旨煮 畑菜の磯和え バナナムース 野沢菜漬 チョコパイ	19日 ごはん 中華スープ 八宝菜 肉シュウマイ もやしサラダ みかんとパン缶 漬物 苺ムース	20日 ごはん みそ汁 鶏肉の胡麻醤油焼 冬瓜の水晶煮 キャベツのおかか和え キウイ 漬物 今川焼
22日 ごはん 中華スープ 野菜のオイスターソース かぶの煮物 ほうれん草のお浸し バナナと黄桃缶 漬物 和風パンケーキ	23日 ごはん 豚汁 白身魚の香味蒸し ひじきの煮物 青菜の和え物 ヨーグルト(マンゴーソース) ザーサイ ドームケーキ(カスタード)	24日 お祝い膳 コーヒーゼリー	25日 菜飯 みそ汁 さばのおろし煮 金平ごぼう 白菜サラダ オレンジ 漬物 スイスロール	26日 ごはん みそ汁 豚肉のネギ塩炒め さつま芋の甘煮 生姜和え パインムース 漬物 桃まんじゅう	27日 ごはん かき玉汁 さわらの粕漬け焼 ふろふき大根 茄子の胡麻和え りんごと白桃缶 昆布佃煮 カステラ
29日 郷土料理 【佐賀県】 どら焼き(カスタード)	30日 ごはん 清まし汁 アジの和風ムニエル ハムソテー しろ菜のゴマ和え フルーツミックス 漬物 黒糖まんじゅう	31日 ごはん みそ汁 そら豆のかき揚げ 里芋の煮ころがし ほうれん草のナムル キウイとみかん缶 漬物 バームロールとバタークッキー			