令 和 5 年 1 月 献 立 表 ディサービスセンター美鈴ヶ丘

		TJ 474 5 -	+	歌 立 孜	ナイサー	ヒスセンター美鈴ヶ丘
日	月	火	水	木	金	土
1月1日(日)	1月2日(月)	1月3日(火)	1月4日(水)	1月5日(木)	1月6日(金)	1月7日(土)
				御飯	チキン野菜カレー	七草粥
休館日	休館日	休館日	休館日	鯵のごまみりん焼き	切干大根のソテー	鮭の塩焼き
				吸物	コールスローサラダ	吸物
TT VALUE				キャベツの味噌炒め	フルーチェ	こんにゃくの旨煮
				カリフラワーのピーナツ和え	らっきょう	のり和え
1月8日(日)	1月9日(月)	1月10日(火)	1月11日(水)	1月12日(木)	1月13日(金)	1月14日(土)
	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯
休館日	ブリカツ	和風ハンバーグ	休館日	鶏肉のマーマレード焼き	鯖の味噌煮	油淋鶏(ユーリンチー)
	吸物	吸物		吸物	吸物	吸物
	れんこんのそぼろ煮	白菜の柚子風味煮		里芋の旨煮	チンゲン菜のソテー	大根の煮物
	浅漬け	海藻サラダ		小松菜のごま和え		ほうれん草の和え物
1月15日(日)	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(木)	1月20日(金)	1月21日(土)
休館日	御飯	御飯	休館日	御飯	御飯	いなり寿司
	鰆の塩麹焼き	鶏肉とさつまいも煮付		白身魚フライ	肉じゃがオムレツ	赤だし
	吸物	吸物		吸物	吸物	煮合わせ
	豚キムチ	キノコの明太ソテー		ひじきと切干大根煮	キャベツとえびの塩煮	春菊のお浸し
	和風スパサラダ	ナムル		山芋のわさび酢和え	ほうれん草の辛子和え	煮豆
1月22日(日)	1月23日(月)	1月24日(火)	1月25日(水)	1月26日(木)	1月27日(金)	1月28日(土)
休館日	親子丼	御飯	休館日	御飯	御飯	赤飯
	吸物	ぶりの煮付		魚ロッケ	牛かぼちゃ	刺身
	もやしの中華炒め	豚汁		吸物	吸物	茶碗蒸し
	あちゃら漬け	五目春雨		大根の洋風煮	きのこソテー	なます
	アセロラゼリー	塩昆布和え		ピーナッツ和え	ツナサラダ	ケーキ
1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)				
	焼うどん	御飯				
	野菜の卵とじ	白身魚のタルタル焼き				
休館日	ブロッコリーのおかか和え					
	はちみつレモンゼリー	れんこんの酢きんぴら				
	おにぎり	小松菜の和え物				
		旬	の食	材		

旬 の 食 材 ぶり、たら、白菜、大根、みかん、ゆず