

令和 5 年 10 月 献立表

デイサービスセンター美鈴ヶ丘

日	月	火	水	木	金	土
10月1日(日)	10月2日(月)	10月3日(火)	10月4日(水)	10月5日(木)	10月6日(金)	10月7日(土)
休館日	御飯 赤魚の粕漬焼き 吸物 こんにゃくの金平 三色なます	御飯 鶏の南蛮漬け 吸物 ごぼうの煮付 とろろ昆布和え	休館日	御飯 鯖の煮つけ けんちん汁(非常用) 白菜の炒り玉 甘夏和え	親子丼 吸物 ひじきと蓮根の金平 ほうれん草の和え物 フルーチェ	御飯 白身魚のポテト焼き 吸物 厚揚げの煮つけ 柚子和え
10月8日(日)	10月9日(月)	10月10日(火)	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	10月14日(土)
休館日	三色おにぎり プレート盛り 豚汁 ほうれん草なます 煮豆/果物	御飯 メバルの煮つけ 吸物 厚揚げと青梗菜炒め 白菜と柿のサラダ	休館日	御飯 白身魚のフライ 吸物 キャベツの味噌炒め かくや和え	野菜ポークカレー ブロッコリーソテー コールスローサラダ 杏仁フルーツ らっきょう	御飯 赤魚のねりごま煮 吸物 五目あん炒め 深山和え
10月15日(日)	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)	10月21日(土)
休館日	洋風ちらし寿司 吸物 大根の肉みそかけ ほうれん草のお浸し 煮豆	御飯 大豆入りハンバーグ 吸物 南瓜煮 りんごのサラダ	休館日	雑穀ごはん 太刀魚のバター醤油焼き 吸物 しらたきのツナ金平 キャベツの浅漬け	御飯 鶏の塩麴炒め みぞれ汁 ひじきと大豆の煮物 柿とほうれん草の白和え	御飯 メバルの梅煮 吸物 白菜とえびの中華炒め もやしの酢の物
10月22日(日)	10月23日(月)	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)
休館日	栗御飯 赤魚の葱みそ焼き 吸物 炒り豆腐 春菊の胡麻和え	御飯 かに玉風あんかけ 吸物 金平ごぼう 梅なめ茸和え	休館日	御飯 鯖の味噌煮 吸物 もやしのみそ卵炒め 土佐酢和え	御飯 豚肉と大根の煮つけ 吸物 茄子と春雨の炒め物 甘夏サラダ	赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し なます ケーキ
10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)				
休館日	御飯 魚のピザ風焼き 吸物 里芋の柚子胡椒風味煮 春菊のポン酢和え	御飯 八宝菜 中華スープ じゃが芋の煮付 かに風味サラダ				

旬 の 食 材
鯖、さつま芋、きのこ、栗