令　和　4　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（土）
						赤飯 鶏と茄子のさっぱり炒め 吸物 大根のベーコン煮 ツナマヨ和え
10月2日（日）	10月3日（月）	10月4日（火）	10月5日（水）	10月6日（木）	10月7日（金）	10月8日（土）
休館日	御飯 鯵のみりん焼き みぞれ汁 こんにゃくの金平 白菜と柿のサラダ	御飯 鶏の南蛮漬け そば汁 冬瓜の煮物 菜種和え	休館日	御飯 さんまの塩焼き 吸物 南瓜のいとこ煮 おからサラダ	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 豚肉と白菜のとろっと煮 ザーサイ和え
10月9日（日）	10月10日（月）	10月11日（火）	10月12日（水）	10月13日（木）	10月14日（金）	10月15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	御飯 メバルの煮つけ とろろ汁 厚揚げと青梗菜炒め 柚子和え	休館日	御飯 魚ロッケ 吸物 蓮根とたらこの炒り煮 酢味噌和え	ポークカレー 白菜の炒り玉 コールスローサラダ 杏仁フルーツ らっきょう	さつま芋おこわ 鮭の塩焼き 吸物 野菜の卵とじ りんごのサラダ
10月16日（日）	10月17日（月）	10月18日（火）	10月19日（水）	10月20日（木）	10月21日（金）	10月22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 ﾁｰｽﾞ入りハンバーグ 野菜スープ 南瓜煮 キャベツの浅漬け	休館日	雑穀ごはん 鰆の梅味噌焼き 吸物 炒り鶏 柿とほうれん草の白和え	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 吸物 青梗菜のソテー もやしの酢の物	赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し なます ケーキ
10月23日（日）	10月24日（月）	10月25日（火）	10月26日（水）	10月27日（木）	10月28日（金）	10月29日（土）
休館日	御飯 かに玉風あんかけ 吸物 金平ごぼう 春菊の胡麻和え	御飯 赤魚の葱みそ焼き 吸物 カレー風味肉じゃが 梅なめ茸和え	休館日	御飯 鶏肉のマーマレード焼き トマトスープ 根菜煮 土佐酢和え	栗御飯 ホキの明太マヨ焼き 吸物 れんこんのそぼろ煮 甘夏サラダ	御飯 鶏の塩麹炒め 豆乳味噌汁 南瓜の煮つけ 柿なます
10月30日（日）	10月31日（月）					
休館日	御飯 魚の香味焼き 吸物 糸こんの旨煮 小松菜の辛子和え					

旬　の　食　材

さんま・鯖・さつま芋・梨・きのこ・栗