

# 令和4年12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
				12月1日(木) 赤飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 吸物 ごぼうの煮付 春菊のわさび和え	12月2日(金) 御飯 白身魚のフライ 吸物 糸こんのじゃこ炒め あちら漬け	12月3日(土) 御飯 カレーのタルタル焼き 吸物 がんもの煮付 小松菜のごま和え
12月4日(日)	12月5日(月)	12月6日(火)	12月7日(水)	12月8日(木)	12月9日(金)	12月10日(土)
休館日	豚丼 吸物 ほうれん草のツナ炒め 切干大根のごま酢和え はちみつレモンゼリー	御飯 メバルの煮付け 吸物 五目春雨 柚子なます	休館日	御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 キャベツのとろみ煮 南瓜サラダ	御飯 豚バラ大根 吸物 白菜としらすの炒り玉 青梗菜の和え物	御飯 白すり身の五目揚げ 吸物 かぶの煮物 もやしのザーサイ和え
12月11日(日)	12月12日(月)	12月13日(火)	12月14日(水)	12月15日(木)	12月16日(金)	12月17日(土)
休館日	御飯 鯖の塩焼き とろろ汁 チャプチェ風 ゆかり和え	御飯 蓮根バーグ 吸物 おから炒り煮 甘夏サラダ	休館日	☆忘年会☆	☆忘年会☆	野菜ポークカレー(非常用飯) キャベツの旨煮 和風スパサラダ アセロラゼリー らっきょう漬け
12月18日(日)	12月19日(月)	12月20日(火)	12月21日(水)	12月22日(木)	12月23日(金)	12月24日(土)
休館日	御飯 ぶりの漬け焼き 吸物 かぶのえびくず煮 春雨ごま酢和え	御飯 ヒレカツ 吸物 大根の帆立あん煮 小松菜サラダ	休館日	御飯 鯖の竜田焼き 吸物 南瓜煮(冬至) とろろ昆布和え	御飯 かに玉風 中華スープ こんにゃくの旨煮 おからサラダ	赤飯 刺身 茶碗蒸し なます ケーキ
12月25日(日)	12月26日(月)	12月27日(火)	12月28日(水)	12月29日(木)	12月30日(金)	12月31日(土)
休館日	御飯 鮭の塩焼き 茶そば汁 根菜のバター風味煮 おかか和え	御飯 玉ねぎ入りとんかつ 吸物 けんちん煮 ナムル	休館日	御飯 鯖の葱みそ焼き 吸物 板こんの煮物 かぶの甘酢漬け	御飯 鶏肉のマスタード焼き 吸物 ほうれん草とかにの卵炒め ツナ和え	休館日

旬の食材  
たら、ぶり、春菊、蓮根、里芋