

☆平成23年08月の献立☆

デイサービスセンター生きがい十和田

01日 (月)	彩りご飯 野菜スープ チキンソテー マセドアンサラダ みかん 焼き魚 漬け物
02日 (火)	ご飯 味噌汁 揚げ魚の野菜あんかけ 春雨の酢の物 果物 豆腐のそぼろあんかけ 漬け物
03日 (水)	ご飯 ワンタンスープ 鶏のチンジャオロース ミモザサラダ フルーツヨーグルト 肉団子 デザート
04日 (木)	ご飯 かきたまそうめん かき揚げ キュウリとワカメの酢の物 かぶの漬け物 えび天
05日 (金)	ご飯 味噌汁 鮭とじゃが芋のチャンチャン焼き 青菜の白和え かぶときゅうりの浅漬け 唐揚げ 漬け物
06日 (土)	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 焼きビーフン 果物 餃子
07日 (日)	炊き込みご飯 板麩のお吸い物 焼き魚 キャベツとカニカマの酢の物 大根のしば漬け和え 湯豆腐薬味添え デザート
08日 (月)	ご飯 スープ 豆腐ハンバーグ 竹輪とごぼうのサラダ 果物 焼き魚 漬け物
09日 (火)	ご飯 味噌汁 さんまの蒲焼き れんこんとひき肉の金平炒め 果物 ごま豆腐 デザート
10日 (水)	ご飯 具だくさん汁 鶏の鍋照り焼き 三色ナムル フルーツゼリー 焼き魚 漬け物
11日 (木)	おにぎり そうめん 茄子と豚肉の炒め物 きゅうりの酢の物 果物 ごま豆腐 漬け物
12日 (金)	ご飯 味噌汁 豚肉のしょうが焼き 根菜の煮物 漬け物 焼き魚 デザート
13日 (土)	赤飯 お吸い物 筑前煮 夕顔の水晶煮 果物 焼き魚 漬け物
14日 (日)	ご飯 せんべい汁 魚の西京漬け焼き ささぎと丸天の炒め物 漬け物 玉子豆腐 デザート
15日 (月)	ご飯 具だくさん汁 メンチカツ ビーフンとえびの炒め物 牛乳カン 焼き魚 漬け物
16日 (火)	ご飯 味噌汁 魚の味噌漬け焼き キャベツとカニカマの塩炒め ワカメと竹輪の和え物 玉子豆腐 デザート

17日 (水)	ご飯 野菜スープ タンドリーチキン スパゲティサラダ 果物 焼き魚 味美
18日 (木)	香味寿司 板麩と三つ葉のお吸い物 魚の香味焼き きゅうりとワカメのさっぱり和え 漬け物 豆腐のそぼろあん包み
19日 (金)	ご飯 味噌汁 シュウマイの卵あんかけ 長いもとベーコンのサラダ 果物 焼き魚 南蛮漬け
20日 (土)	ご飯 野菜スープ 夏野菜カレー 卵入りトマトとブロッコリーのサラダ フルーツゼリー トンカツ
21日 (日)	炊き込みご飯 味噌汁 魚の西京漬け焼き かぶの煮物 きゅうりの生姜和え 肉団子 デザート
22日 (月)	ご飯 野菜スープ ささみチーズフライ 春雨とえびの炒め物 果物 焼き魚 漬け物
23日 (火)	ご飯 もやしラーメン 唐揚げ キュウリとカニカマの酢の物 漬け物 にら餃子
24日 (水)	二色丼 お吸い物 鶏肉と根菜の煮物 春雨の酢の物 果物 ごま豆腐
25日 (木)	ご飯 卵スープ ハンバーグ ブロッコリーのミモザサラダ フルーツゼリー えびフライ オニオンリング
26日 (金)	ご飯 味噌汁 魚の味噌漬け焼き かぶとキュウリの浅漬け じゃが芋とベーコンのガーリック炒め 肉団子 デザート
27日 (土)	ご飯 野菜スープ 唐揚げの甘酢炒め なめこ豆腐 漬け物 焼き魚 デザート
28日 (日)	ご飯 味噌汁 鮭とキャベツの味噌マヨ炒め 白和え なすとピーマンの炒め物 根菜の煮物 デザート
29日 (月)	ご飯 野菜スープ ジャーマンポテト炒め 三色ナムル 果物 焼き魚 漬け物
30日 (火)	ご飯 中華スープ えびカツ 春雨と鶏肉の炒め物 牛乳カン 冷奴 味美
31日 (水)	彩りご飯 ワカメスープ 冷やし中華 鶏とブロッコリーの鶏棒々風和え 果物 餃子