【１月の献立表】かずさデイサービス

月	火	水	木	金	土
2015年（平成２７年　羊年）			1	2	3
			元　日		
５	６	７	８	９	１０
鮭ご飯	米　飯	米　飯	米　飯	米　飯	米　飯
鶏の塩こうじ焼き	ハムカツ	赤魚の粕漬け	ナスとひき肉のカレー	鯖の味噌煮	ブリの照り焼き
揚げだし豆腐	ポテトツナサラダ	胡瓜のゴマ酢和え	フレンチサラダ	南瓜のそぼろあんかけ	エノキとほうれん草の胡麻和え
ふろふき大根	小松菜の洋風煮浸し	生揚げのおかか煮	玉子焼き	豚肉と白菜の炒めもの	なすの味噌かけ
594Kcal	594Kcal	443Kcal	592Kcal	541Kcal	599Kcal
１２	１３	１４	１５	１６	１７
鮭なめし	米　飯	米飯（ゆかり）	なめし	米　飯	米　飯
かに玉	鱈のきのこ餡かけ	おろしハンバーグ	鰆の生姜醤油焼き	チキン南蛮	カレイのおろし煮
エビチリ	切干大根の炒め煮	マカロニサラダ	肉じゃが	南瓜サラダ	ひじき煮
ナムル	ブロッコリーの昆布和え	豚肉ともやしの炒めもの	冷　奴	ウインナーと野菜のケチャップ炒め	ねぎ巻玉子
559Kcal	525Kcal	575Kcal	535Kcal	605Kcal	475Kcal
１９	２０	２１	２２	２３	２４
米飯（小梅）	米　飯	米飯（ゆかり）	米飯（ごま塩）	米　飯	米　飯
鯖みりん	チキンソテー	野菜コロッケ	赤魚の煮付け	麻婆豆腐	鶏のおろし煮
キャベツの和風サラダ	ぜんまいの炒め煮	ほうれん草ソテー	里芋のそぼろ餡かけ	春雨サラダ	キャベツと人参のおかか和え
がんもの煮物	エビボールと青梗菜の煮浸し	ヒジキのサラダ	ねぎ巻玉子	エビと青梗菜の炒めもの	さつま金時
556Kcal	541Kcal	450Kcal	483Kcal	553Kcal	575Kcal
２６	２７	２８	２９	３０	３１
米　飯	米　飯	米　飯	丼デイ	米　飯	米　飯
豚肉のねぎ味噌焼き	鯖の梅しそ煮	鶏のアラ揚げ		カジキの梅味噌焼き	鱈のチリソース
スパゲッティサラダ	ほうれん草と竹輪のキンピラ	炒り豆腐		白和え	エビと野菜のマヨ炒め
玉子とじ	酢のもの	ヒジキのサラダ		白菜の煮浸し	生揚げのおかか煮
606Kcal	524Kcal	634Kcal	Kcal	466Kcal	537Kcal

※仕入れの都合により内容が変更になる場合がございますが、ご了承ください。

医療法人社団寿会　かずさデイサービスセンター