

# デイサービスせいかつCAN湯川
## ランチメニュー










| 1日（火） | 2日（水） | 3日（木） | 4日（金） | 5日（土） |
|---|---|---|---|---|
| 赤飯<br>スケソウダラグリル<br>焼き餃子<br>根菜和風サラダ<br>味噌汁 | ご飯<br>肉じゃが<br>チヂミ<br>チンゲン菜のカニカマ和え<br>わかめスープ | ご飯<br>赤魚粕漬焼き<br>茄子のペペロンチーノ風<br>タルタルサラダ<br>味噌汁 | 正油ラーメン<br>ミニおかかご飯<br>筍と椎茸の当座煮<br>フルーツ（パイン缶） | ご飯<br>サンマ生姜煮<br>ふきと豚肉の味噌煮<br>きゅうりのゆず塩風味<br>味噌汁 |
| **7日（月）** | **8日（火）** | **9日（水）** | **１０日（木）** | **１１日（金）** | **１２日（土）** |
| ご飯<br>牛肉とインゲンの中華風<br>ハーブポテト<br>なめこおろし<br>吸物 | 角煮そば<br>ふりかけご飯<br>はんぺんの白だし煮<br>フルーツ（白桃缶） | ご飯<br>ホッケ塩焼き<br>野菜入り炒り豆腐<br>ポテトサラダ<br>味噌汁 | ご飯<br>豚肉と玉ねぎの味噌仕立て<br>ふかふか揚げ<br>小松菜のかにかま和え<br>吸物 | ご飯<br>豆腐ハンバーグ（青じそ風味）<br>キャベツとベーコンのソテー<br>春雨中華サラダ<br>吸物 | ご飯<br>マトウダイバター焼き<br>里芋と鶏肉の胡麻味噌煮<br>春菊信田和え<br>吸物 |
| **14日（月）** | **15日（火）** | **16日（水）** | **17日（木）** | **18日（金）** | **19日（土）** |
| ご飯<br>コンビオムレツ<br>高野の含め煮<br>白菜と彩り野菜の塩煮<br>味噌汁 | ご飯<br>イワシ山椒煮<br>ブロッコリーのくたくた風<br>マカロニサラダ<br>味噌汁 | きつねうどん<br>ミニ菜めし<br>鶏レバーたれがらめ<br>フルーツ（みかん缶） | ご飯<br>プルコギ風<br>切昆布大豆<br>小松菜と人参の辛子和え<br>吸物 | ご飯<br>さんま塩焼き<br>きんぴらごぼう<br>春菊の信田和え<br>味噌汁 | ★クリスマスメニュー<br>オムライス（エビフライ乗せ）<br>ポテトサラダ<br>わかめスープ<br>ケーキ |
| **20日（月）** | **21日（火）** | **22日（水）** | **23日（木）** | **24日（金）** | **25日（土）** |
| ご飯<br>白身フライ<br>チリコンカン<br>もやしの和え物<br>味噌汁 | 冬至～かぼちゃ炊き込みご飯～<br>豚しゃぶと温野菜の<br>ローストオニオン仕立て<br>春菊の中華和え<br>吸物<br>和菓子 | ぶっかけうどん<br>ミニ山菜五目ご飯<br>ハムカツ<br>フルーツ（みかん缶） | ご飯<br>メバル西京焼き<br>あさりとキャベツのだし煮<br>うの花サラダ<br>吸物 | コーンライス<br>ビーフシチュー<br>オムレツ<br>コールスローサラダ | たぬきご飯<br>ねぎ入り巻き卵<br>インゲンと豚肉の炒め風<br>杏仁豆腐（ﾀｲﾍｲ）<br>味噌汁 |
| **28日（月）** | **29日（火）** | **３０日（水）** | **３１日（木）** | | |
| チキンカレー<br>野菜入り炒り玉子<br>フルーツ（黄桃缶）<br>わかめスープ | ご飯<br>厚揚げと豚肉のとろみ炒め<br>イカすり身カツ<br>ふきの酢みそ和え<br>吸物 | ご飯<br>牛焼肉風<br>麩の卵仕立て<br>ほうれん草の胡麻浸し<br>吸物 | 年越しそば<br>ミニふりかけご飯<br>天ぷら2種盛<br>いちごゼリー | | |

