

## 喜楽の家 デイサービスセンター 10月 献立表 (10月15日～27日)

10月15日(月)	10月16日(火)	10月17日(水)	10月18日(木)	10月19日(金)	10月20日(土)
<b>外食</b> 	<b>ぶりの照り焼き</b> <b>根菜の香味炒め</b> 小松菜と焼きしいたけのお浸し 豆乳入りしっとりうの花	<b>鶏肉の味噌煮</b> ゴーヤと豆腐の炒めもの まいたけの炒り煮 わさび菜お浸し	<b>赤魚のみりん焼き</b> <b>おさつ甘露</b> <b>やわら貝</b> チンゲン菜とちくわのごま和え	<b>豚カツ</b> <b>おさつサラダ</b> ゆず皮入りほうれん草 白きくらげの甘酢和え	豚肉ときのこの炒めもの <b>野菜の巾着煮</b> 青菜のシノの実和え 金時豆
10月22日(月)	10月23日(火)	10月24日(水)	10月25日(木)	10月26日(金)	10月27日(土)
<b>ぶり大根</b> 彩り野菜のクリーム煮 青菜のピーナッツ和え 根菜のうま煮	<b>豚肉の生姜焼き</b> 柚子香るふろふき大根 小松菜とじゃこのお浸し 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ	<b>きびなごフライ</b> 厚揚げとそぼろの彩り炒め ちりめんひじき山椒 きのこのマリネ	<b>おろしハンバーグ</b> イカと大根の煮物 さっぱり莖わかめ きくらげとあさりの煮物	さばの煮付け しゅうまい 大根紫芋酢 オクラと湯葉のお浸し	とろほっけの塩焼き 茄子ミートソース こんにゃくの炒り煮 ひじき豆

上記メニューの他に、汁ものとデザートがつきます。

