

ウエルシアパートナーズ
さわかきケアポートとしま・デイサービス
12月献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	鮭の鍋照り焼き 大葉仕立て 南瓜のクリームシチュー 切干大根煮 ほうれん草のコーンソテー 白菜の柚子和え 味噌汁※シチューの方にはつきません	鯖の青じそ風味焼き 鶏の野菜あんかけ 小松菜と厚揚げの煮物 だし巻き玉子 大根卸し添え 卵の花サラダ 味噌汁	カラスガレイの照り焼き きのこたっぷり煮込みハンバーグ じゃが芋のおかか煮 小松菜の三色炒め もやしとひじきの和え物 味噌汁	銀だらの柚子風味焼き 豚の角煮 さつま芋と刻み昆布の煮物 小松菜・ハム・もやしの炒め物 ブロッコリーと豆のサラダ 味噌汁	大粒カキフライ 親子煮 里芋の白煮 柚子風味 ほうれん草としめじのお浸し 春雨サラダ 味噌汁	鮭の葱味噌焼き すき焼き風煮 南瓜のそぼろあんかけ 卸し酢和え ツナサラダ 清汁
	お麩入りぜんざい	あんまん	黒糖蒸しパン	シベリア	チーズ蒸しケーキ	もみじまんじゅう
7	8	9	10	11	12	13
	ぶりの照り焼き 野菜たっぷり八宝菜 じゃが芋のカレー風味煮 にらとタラコの炒め物 小松菜のしらす和え 味噌汁	赤飯(北海道産大納言小豆使用) 鮭の揚げ卸し煮 鶏ももの角煮 がんと里芋の煮物 ふろふき大根 白和え 清汁	大海老フライ 鶏のパン粉焼き 五目豆煮 じゃが芋とベーコンの炒め物 切干大根と胡瓜のサラダ 味噌汁	鯖の味噌煮 筑前煮 長芋のおかか煮 炒り豆腐 キャベツ・わかめ・胡瓜の胡麻酢和え かき玉汁	カラスガレイの甘酢あんかけ 豚肉と野菜の味噌炒め 大根とさつま揚げの煮物 卵とチンゲン菜の炒め物 タラモサラダ 清汁	鯖のピリ辛焼き はんぺん肉詰め煮 チンゲン菜のクリーム煮 茄子とピーマンの炒め物 小松菜のなめ茸和え 味噌汁
	プリン	ショートケーキ	ロールケーキ	りんごのコンポート ヨーグルト添え	今川焼き	カスタードワッフル
14	15	16	17	18	19	20
	金目鯛の卸し煮 鶏の照り焼き 小松菜の卵とじ ブロッコリーと海老の炒め物 マカロニサラダ 味噌汁	鮭のマヨネーズ焼き 肉豆腐 じゃが芋のそぼろ煮 キャベツと卵の炒め物 ほうれん草の柚子香和え 味噌汁	金目鯛のさらさ蒸し 牛肉の柳川風 ひじき煮 彩り野菜の醤油仕立て 大根と帆立のサラダ 味噌汁	おでん風煮物 ミートローフ さつま芋の甘露煮 舞茸とカリフラワーの炒め物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	銀だらの西京焼き 肉じゃが かぶと油揚げの煮物 6種具材の金平ごぼう チンゲン菜と春雨の和え物 清汁	秋刀魚の竜田揚げ ビーフシチュー 海老と大根のスープ煮 里芋の柚子味噌かけ ほうれん草とトマトのツナ和え 清汁※シチューの方にはつきません
	ジュシー肉まん	とろける杏仁豆腐	あんぱん	フルーチェストロベリー	フレッシュいちごのカスタード焼き	いちごクリームサンド
21	22	23	24	25	26	27
	鯖の柚子味噌焼き 鶏のソテー 柚子味噌かけ 冬至 南瓜のいとこ煮 大根金平 かぶと胡瓜のゆかり和え けんちん汁	カラスガレイのかぶら蒸し 鶏肉とパプリカの塩こうじ炒め 豆腐のきのこあんかけ じゃが芋の炒め物 小松菜とひじきの梅だれ和え 味噌汁	鮭のレモンソースがけ マカロニグラタン 冬野菜のトマト煮 キャベツとカリフラワーのカレー炒め ブロッコリーのポテトサラダ コーンスープ	白身魚のカレームニエル チキンのトマト煮込み ポトフ スパゲティーナポリタン サーモンとキウイのカルパッチョ コーンスープ	鮭の和風バター焼き チキンカレー キャベツのスープ煮 茄子とピーマンの味噌炒め カリフラワーとパプリカのピクルス 卵スープ	ぶり大根 鶏とかぶの治部煮 南瓜煮 ひじきと豆腐の炒め物 胡瓜とわかめとかにかまの酢の物 味噌汁
	ミニ柚子まんじゅう&コンソメスナック	ケーキバイキング	ミニブッシュドノエル	キャンドルケーキ	チョコレートババロア	年越しそば

ご家庭で、実は小さく切って食べています、などございましたら
ご遠慮なくお申し付けください。
こちらでも刻むなどの対応をさせていただきます。

※食材の都合で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください