

# 令和6年<1月>献立予定表

ファミリーデイサービスセンター TEL:042-692-5511 <http://www.seishinfukushikai.or.jp/>

日	月	火	水	木	金	土	
				4日(510kcal)	5日(605kcal)	6日(517kcal)	
				ご飯 豚肉のごま炒め 小松菜とベーコンの塩煮 オクラの和え物 みそ汁 お楽しみプリン	玉子風味のかけご飯 肉団子の中華炒め カレーコロッケ 菜の花と竹輪のサラダ かきたま汁 お楽しみおやつ	年明けうどん たけのこの煮物 スナップエンドウのマヨ和え フルーツ(洋なし缶) お楽しみおやつ	
7日	8日(569kcal)	9日(479kcal)	10日(601kcal)	11日(449kcal)	12日(556kcal)	13日(729kcal)	
休館日	お赤飯 鶏肉の治部煮 キャベツの彩り炒め カリフラワーの和え物 すまし汁	ご飯 黄金カレイのポワレ ひじきと豚肉の煮物 チンゲン菜のごま和え みそ汁	ご飯 鶏肉の味噌焼き なすの煮物 きゅうりとトマトのサラダ すまし汁	ゆず香るあったかにゆめん 花がんと野菜の炊き合わせ ほうれん草としらすの和え物 フルーツ(りんご缶)	あごだし五目ご飯 豚肉の甘辛炒め ちびっ子お好み焼き ブロッコリーの小海老和え みそ汁	五穀ご飯 カニクリーミーコロッケ&ヒレカツ インゲンの炒め物 マカロニサラダ みそ汁	
	クリームコンフェ	クリームワッフル	青りんごゼリー	ライチゼリー	ホットケーキ	ガトーショコラ	
14日	15日(529kcal)	16日(782kcal)	17日(646kcal)	18日(495kcal)	19日(631kcal)	20日(479kcal)	
休館日	ご飯 アジの山椒焼き さつまいものしんじょ煮 オクラの和え物 みそ汁	ご飯 クリームシチュー ハムカツ スナップエンドウのサラダ フルーツ(パイン缶)	ミニ発芽玄米ご飯 きしめん 香味シューマイ 春菊ともやしのサラダ フルーツ(みかん)	ご飯 富山県郷土料理 ぶり大根 茄子のよごし ほうれん草ととろろ昆布和え すまし汁	ご飯 鶏肉と大豆のトマト煮 チンゲン菜のソテー スパゲッティ サラダ フルーツミックス	ご飯 赤魚のごま油焼き 刻み昆布と竹輪の和え物 菜の花のピーナッツ和え みそ汁	
	プリン	マンゴプリン	焼プリンタルト	ホットケーキ	ガトーショコラ	バナナムース	
21日	22日(524kcal)	23日(571kcal)	24日(619kcal)	25日(540kcal)	26日(516kcal)	27日(586kcal)	
休館日	ご飯 ハガツオの正油焼き ひじきと大豆の炒り煮 オクラのなめ茸和え みそ汁	菜めし おでん なすの和え物 フルーツ(りんご缶)	鶏の中華丼 小松菜と竹輪の煮物 マカロニサラダ みそ汁 マンゴー杏仁	ご飯 アジの和風ソテー 車ふの煮物 キャベツの塩昆布和え スープ	かき玉そば 蒸シューマイ きゅうりの和え物 バナナヨーグルト	ご飯 豚肉の南蛮炒め れんこん 挟み揚げ 白菜としらすの辛子和え みそ汁	
	イチゴムース	焼きドーナツ	焼きドーナツ(チョコ)	ホワイトミニー	マンゴプリン	ミニたい焼き	
28日	29日(516kcal)	30日(759kcal)	31日(573kcal)				
休館日	ご飯 鶏肉のたれがらめ 小松菜のコーン炒め インゲンのわさび和え みそ汁	ご飯 サバの竜田焼き 根菜の煮物 じゃが芋のマスタードマヨ和え みそ汁	ご飯 すき焼き風コロッケ&柱フライ きんぴらごぼう もやしのささみ和え みそ汁				
	どら焼き	もみじまんじゅう	バームクーヘン				



食事の前は必ず手指消毒をしましょう



よく噛んでゆっくり食べましょうね