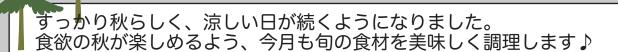
デイサービス花乃舎

10月前半昼食おしながき



1 白 (金曜)

ごはん みそ汁 (花麩 / たまねぎ) 白身魚のムニエル ひじきの煎り煮 チンゲン菜の ごま和え

2日(土曜)

ごはん 味噌汁 (豆腐 / しめじ) 鮭の塩焼き 冬瓜えびあんかけ ピーナッツ和え

4日(月曜)

ごはん みそ汁 (大根 / 生わかめ) たまごオニオン コロッケ なすおかか乗せ たたききゅうり

5日 (火曜)

ごはん みそ汁 (生わかめ / 花麩) 豚肉のしぐれ煮 山芋磯辺揚げ 野菜のおひたし

6日 (水曜)

ごはん 豚汁 黒メバルの 粕漬け焼き アサリ入卯の花 じゃこ酢

7日(木曜)

中華丼 中華スープ (ニラ/きゃべつ) カニ風味 しゅうまい バナナヨーグルト

8日(金曜)

花乃舎 季節野菜のカレー 味噌汁 (油揚げ / えのき茸) コーンサラダ 季節のフルーツ

9日(土曜)

ごはん すまし汁 アジの塩焼き 高野豆腐の含め煮 スパゲッティ サラダ

11日 (月曜)

栗ごはん 味噌汁 (玉葱 / 焼き麩) 天ぷら盛り きゅうり和え物 お漬け物 フルーツ

12日 (火曜)

炊き込みごはん みそ汁 (里芋/油揚げ) 白糸ダラ竜田焼き 炊き合わせ たたききゅうり

13日 (水曜)

ごはん すまし汁 (水菜/すり身) サバの味噌煮 しらたきの 甘辛炒め みぞれ和え

14日 (木曜)

ごはん 味噌汁 (もやし/花麩) サンマの塩焼き 冬瓜 そぼろあんかけ トマト和え

15日(金曜)

ごはん 味噌汁 (豆腐 / 三つ葉) カレイの唐揚げ ひじきの煎り煮 長芋短冊

<mark>★注目メニュー★</mark> 体育の日

特別メニュー 11日は祝日「体育の日」です。 お祝いに、天ぷら盛り合わせ、栗ごはん等、少し豪華なメニューです!

★注目食材★

高野豆腐

アミノ酸を大変豊富に含み、他の大豆食品に比べ、タンパク質の量も多い食材です。ダイエットにも◎!