



メニュー



・仕入れ状況によりメニューや食材が変更になる場合がございます
 ・施設内で調理した、出来立ての温かいお料理を提供しております。



はあむふるあたご
 テイサービスセンターさかえ

日

月

火

水

木

金

土

明けましておめでとう ございます 今年も皆様に喜んでいただけるよう、安全で美味しい食事をお出ししていきたいと思ひます。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。		1 元日 赤口  子年		2 お赤飯 先勝 雑煮 おせち風アラカルト ごま豆腐 オクラの和え物		3 ゆかりごはん 友引 みそ汁 揚げ出し豆腐 ごま和え ふろふき大根		4 ごはん 先負 みそ汁 オムレツきのこがけ 大学イモ なめたけ和え					
5 仏滅 		6 青菜ごはん 大安 みそ汁 カレイの煮つけ カリフラワー炒め 肉団子		7 七草粥 赤口 すいとん たまご巾着 白菜のゆず和え のっぺ風		8 ごはん 先勝 みそ汁 野菜炒め チキンナゲット 五目豆腐		9 ごはん 友引 みそ汁 麩のクリーム煮 鶏唐揚げ もやしのナムル		10 カレーライス 先負 みそ汁 えび茶巾 ほうれん草バター 福神漬け		11 ごはん 仏滅 みそ汁 ホッケの塩焼き 白菜のそぼろ煮 ポテトサラダ	
12 大安 		13 成人の日 赤口 		14 先勝 		15 友引 		16 先負 		17 仏滅 		18 大安 	
鍋 週 間													
19 赤口 		20 ごはん 先勝 みそ汁 サンマの塩焼き 麩の卵とじ サツマイモのサラダ		21 ごはん 友引 みそ汁 アジフライ ウィナーギャップ炒め オクラのおかか和え		22 ごはん 先負 みそ汁 酢豚 ほうれん草の胡麻和え 厚焼き玉子		23 ごはん 仏滅 みそ汁 肉豆腐 ポテトサラダ 白菜の浅漬け		24 ごはん 大安 みそ汁 根菜の煮物 スパサラダ 茶碗蒸し		25 ごはん 先勝 みそ汁 コロッケ 胡瓜の中華和え キャベツの和え物	
26 友引 		27 ごはん 先負 みそ汁 もやしと豚の生姜焼 ミニオムレツ ブロッコリーサラダ		28 ごはん 仏滅 みそ汁 メンチカツ 里芋の田楽味噌 小松菜のおひたし		29 ハヤシライス 大安 みそ汁 シュウマイ もやしの酢の物 漬け物		30 ごはん 赤口 みそ汁 ロールキャベツ はんぺんバター炒め 黒豆		31 ごはん 先勝 みそ汁 お好み焼き かぼちゃの煮物 わかめの酢の物			

ボランティア様の力をお借りして、計量から行い、味噌風味の蒸しパンを作りました！



「七草がゆ」のいわれ

昔は、旧正月のこの日に野に出て七草の若菜を摘み、おかゆを食べて邪気を祓い、1年の無病息災を祈る行事として始まったようです。今では、1月7日に七草の入ったおかゆを食べて、お正月にごちそうを食べて疲れたおなかを休める意味合いが大きいようです。さかえも7日は七草粥をお出しする予定です！

