



ランチメニュー

・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
1 友引 	2 先負 ごはん みそ汁 麻婆豆腐 ごまサラダ 海藻サラダ	3 仏滅 ちらし寿司 お吸い物 チキンナゲット ほうれん草の白和え 金時豆	4 大安 いなり寿司 みそ汁 ほうれん草と人参のソテー 白菜の浅漬け ミートボール	5 赤口 カレーライス みそ汁 ブロッコリーサラダ バナナ 福神漬け	6 先勝 ごはん みそ汁 鮭とキノコのホイル蒸し 切り干し大根の煮物 厚焼き玉子	7 友引 ごはん みそ汁 八宝菜 ほうれん草おかか和え ホタテ風味フライ
8 先負 	9 仏滅 ごはん みそ汁 肉豆腐 なめたけ和え たまご巾着	10 大安 ごはん みそ汁 サバの味噌煮 小松菜と厚揚げの煮物 胡瓜のゆかり和え	11 赤口 ごはん みそ汁 野菜コロッケ 麩の煮物 酢の物	12 先勝 ごはん みそ汁 ホッケの塩焼き たまごサラダ ごま和え	13 友引 ごはん みそ汁 鮭のバター醤油焼き サツマイモの甘煮 小松菜のおひたし	14 先負 ごはん みそ汁 おろしハンバーグ ポテトサラダ はんぺんと野菜の煮物
15 仏滅 	16 大安 ごはん みそ汁 ささみのしそ揚げ ふるふき大根 きのことベーコン炒め	17 赤口 ごはん みそ汁 白身フライ 麩と根菜の煮物 ほうれん草のおひたし	18 先勝 ごはん みそ汁 ロールキャベツ 豆のサラダ 茄子のみそ炒め	19 友引 わかめごはん みそ汁 生姜焼き風 茶碗蒸し なます	20 春分の日 先負 ごはん みそ汁 赤魚の野菜あんかけ 炒りたまご 和風サラダ	21 仏滅 中華丼 みそ汁 たまご巾着 浅漬け
22 大安 	23 赤口 ごはん みそ汁 サンマの塩焼き 里芋のそぼろ煮 ポーク焼売	24 先負 きのご飯 具沢山汁 からあげ 茹でキャベツの和えもの	25 仏滅 ごはん みそ汁 メンチカツ ごま豆腐 ほうれん草バター	26 大安 ごはん みそ汁 肉じゃが もやしのカレー炒め 黒豆	27 赤口 ごはん みそ汁 シチュー おひたし 大豆煮	28 先勝 チャーハン わかめスープ えび茶巾 マカロニサラダ
29 友引 	30 先負 ごはん みそ汁 ミックスフライ スパサラダ オクラのおかか和え	31 仏滅 ごはん みそ汁 エビフライ 茄子の煮浸し エノキ茸のおひたし				

雪もなく、ちょっとしたお出かけやお買い物に行けるかな?と思いましたが、やはり2月は寒い日が多く、室内で楽しめるレクリエーションが中心となりました。...となると、美味しいおやつと温かい飲み物でホッとたくなりますよね~(^ω^)

