



# ランチメニュー

はあむふるあたご  
 テイサービスセンターさかえ

・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。

日	月	火	水	木	金	土
		1 ごはん 友引 みそ汁 ハッシュドポテト 大根の煮物 なめたけ和え	2 ごはん 先負 たまごスープ 春巻き 茄子のみそ炒め もやしの中華サラダ	3 ゆかりごはん 仏滅 みそ汁 鶏の竜田揚げ 小松菜と海老の中華炒め かきのもとのおひたし	4 ごはん 大安 みそ汁 ミートオムレツ 海老焼売 小松菜と厚揚げの煮物	5 三色丼 赤口 みそ汁 大学いも 菜の花のからし和え
6 先勝 	7 ごはん 友引 みそ汁 揚げ出し豆腐 ひじき煮 ツナサラダ	8 ごはん 先負 みそ汁 ロールキャベツ インゲンの胡麻和え 厚焼き玉子	9 ごはん 仏滅 みそ汁 秋刀魚の生姜煮 切り干し大根 胡瓜のもずく酢	10 ごはん 大安 わかめスープ アジフライ じゃがいもの煮物 たまご巾着	11 ごはん 赤口 みそ汁 野菜炒め イカボール 里芋のそぼろ煮	12 しらすごはん 先勝 すいとん汁 ホイル焼き 貝たくさんサラダ
13 友引 	14 ごはん 先負 みそ汁 赤魚の野菜あんかけ オクラのおかか和え 肉団子甘酢かけ	15 お客様リクエストメニュー 大安 きつねうどん 野菜のかき揚げ 豚しゃぶ	16 ごはん 赤口 みそ汁 かぼちゃのコロッケ マカロニサラダ 大根の田楽	17 先勝  カレーライス みそ汁 フライドポテト ブロッコリーサラダ	18 お客様リクエストメニュー 友引 サイコロステーキ ごま和え 金時豆	19 ごはん 先負 みそ汁 カニクリームコロッケ じゃが芋の煮物 白菜の塩昆布和え
20 仏滅 	21 ごはん <b>冬至</b> 大安 みそ汁 鮭のバター醤油焼き かぼちゃの煮物 白菜の柚子和え	22 ごはん 赤口 みそ汁 鯖の味噌煮 小松菜ともやしのツマミ和え 玉子豆腐	23 ハヤシライス 先勝 野菜スープ ホタテ風フライ おひたし	24 友引  メニュー	25 先負  メニュー	26 ごはん 仏滅 みそ汁 シチュー 肉詰めいなり 胡瓜とカブの浅漬け
27 大安 	28 ごはん 赤口 中華スープ 肉じゃが 五目豆腐 昆布豆	29 ごはん 先勝 寄せ鍋 ウインナー 果物	30 たれカツどん 友引 きのご汁 茶碗蒸し なます	31 炊き込みごはん 先負 年越しそば ぶりの照り焼き 厚焼き玉子 黒豆		

さかえ通信でも掲載していますが、おやつレクの様子ですこちらから言わずとも、皆様協力しながら、こしらえて下さいます♪市販のものも美味しいですが、手作りは心もからだも温まりますね♡

