

# 平成30年 1月のお献立 2018



**2018**  
HAPPY NEW YEAR

旧年中は大変な感謝にやりました。  
本年もよろしくお願ひいたします。



デイサービスセンター わかちあい山宮

日付	メインのお料理と副菜	主食 汁物	おやつ	カロリー
4 (木)	官庁御用始め.石の日 稲荷寿司 かき玉汁 人参サラダ 菜の花お浸し 胡瓜若芽中華和え 根菜の煮物 鷹豆 果実		饅頭	67
5 (金)	小寒. 初水天宮 和風ハンバーグ大根おろし ブロッコリーカリフラワーサラダ 伊達巻	お赤飯 清汁	お汁粉	161
6 (土)	七草粥あんかけ 茶碗蒸し 菜っ葉のお浸し 肉団子 ヒジキハンペン竹輪の煮物 フルーツ 清汁		ロールケーキ	63
平成30年1月7日七草 (人日じんじつの節句)				
8 (月)	成人の日.初薬師 七草粥あんかけ 茶碗蒸し 菜っ葉のお浸し 肉団子 ヒジキハンペン 竹輪の煮物 フルーツ		カステラ	39
9 (火)	とんちの日 特製セリ蕎麦 南瓜煮 マカロニサラダ 萌やし野菜炒 シウマイ 果実 小さいおにぎり		紅白ゼリー	50
10 (水)	十日戎.110番の日 豚カツミルヒューユキャベツ 根菜厚揚げ煮 五目豆 フルーツ	混ぜご飯 味噌汁	甘納豆	85
11 (木)	蔵開き.鏡開き 静岡おでん牛蒡肉みそ炒め 静岡みかん 若芽蕪酢の物 卵アスパラサラダ	ご飯 コーンスプ	白玉ぜんざい	135
12 (金)	寒九 .海鮮・野菜フリッター ツナサラダ ゆず釜酢の物 昆布がんも煮物 煮豆	ご飯 澄まし汁	茶巾絞り	84
13 (土)	鯨のフライレタスオニオン トマトスライス 高野豆腐根菜煮 菜っ葉胡麻和	混ぜご飯 掻き玉汁	檸檬ケーキ	66



15 (月)	小正月. 特製小豆粥 菜の花辛し和え 根菜煮物 山芋とろろ 大根サラダ ニュウ麺 ウズラ豆	526	小豆羊羹	85	
16 (火)	蕨入り.和風ハンバーグ マカロニサラダ 若芽の酢の物 ひじき五目豆煮 里芋煮	混ぜご飯 豚汁	784	芋羊羹	44
17 (水)	土用.阪神淡路大震災 親子丼 葱ぬた 根菜金平 春雨サラダ フルーツ 金時豆 里芋田楽 スープ	654	ブルーチェ	58	
18 (木)	初観音 わちあいい特製宝刀風鯉鮓 紅白なます 隠元の胡麻和 竹輪煮 マカロニサラダ 果実 清汁	608	小豆羊羹	65	
19 (金)	いい口の日特製豚の生姜焼(キャベツ添え) 芋サラダ 若芽蕨の酢の物 茄子煮 デザート	オムライス 味噌汁	796	蜜豆	59
20 (土)	大寒. 五目チラシ寿司茶わん蒸し 紅白なます 干し大根煮 ポテトサラダ ブロッコリーカリフラワーピクルス 清汁	617	みたらし団子	161	
22 (月)	飛行船の日.三色丼 ピーマン金平 根菜煮物 人参サラダ レタスオニオンスライス 豚汁 果実	601	蒸かしイモ	39	
23 (火)	湯川秀樹誕生日海鮮天ぷら蕎麦 シーチキンサラダ 大根若芽和え物 根菜金平 小さいおにぎり 鶯豆	736	南瓜プリン	57	
24 (水)	初地蔵.お稲荷さん 茶碗蒸し ピーマンの金平 煮奴 肉団子 胡瓜若芽酢の物 ニュウ麺	593	ミルクプリン	75	
25 (木)	初天神 海鮮海老天丼 根菜金平カレー味 卵サラダ ツナ大根 中華スープ デザート	693	饅頭	71	
26 (金)	文化財防火ディ 揚げ出し豆腐 ゆず釜 南瓜の煮物 肉団子 ポテトサラダ シウマイ	芋ご飯 味噌汁	662	抹茶プリン	75
27 (土)	国旗制定記念 特製カレーライスラッキョウ・福神漬け 果実 薩摩芋レモン煮 菜の花煮びたし 厚揚げ隠元の煮物 スープ	752	コーヒーゼリ	32	
29 (月)	人口調査記念.若鶏の照り焼き 根菜煮. 果実 若芽胡瓜和え物 野菜浅漬 コーンサラダ	炒飯 スープ	770	ロールケーキ	63
30 (火)	筑前煮 茶碗蒸し 若芽胡瓜酢の物 シーチキンサラダ ひじきの煮物	紫ご飯 味噌汁	652	蒸かし芋	39
31 (水)	クリームシチュー オニオンマトサラダ 昆布荒野豆腐煮物 春巻き 野菜酢味噌和え ご飯 果実	751	茶巾絞り	84	

謹賀新年。今年も皆様のご多幸とご健康をお祈りしご支援させていただきます。

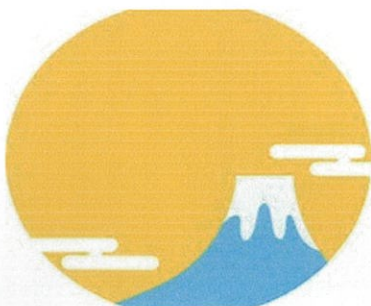
本年も昨年同様、ご愛顧をお願いいたします。

主治医のご指示、疾病のある方・また食事制限のある方、別のお献立になることがございます。

体調(義歯)等、お献立に関するご要望は当施設のスタッフにお申し出ください。



pixta.jp - 12617991



pixta.jp - 12499366