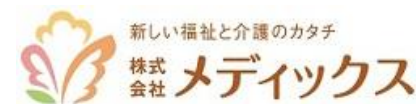


デイサービスなてしこ

1週間の献立

2022年



1月12日 ~ 1月18日

日	12	13	14	15	16	17	18	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	
	特別メニュー							
昼 副食	主食	握り寿司 (三貫)	ご飯	ご飯	ビーフカレー	お休み	五目散し寿司	ご飯
		肉うどん	揚げ鶏の ねぎソースかけ	鰯の鍋照り煮	切り干し大根の 炒り煮		チンゲン菜の サッと炒め	鱈の南蛮漬け
		もやしときゅう りのごま酢和え	ふろふき大根	三宝菜	トマトと炒り卵 の サラダ		大根の 辛子マヨサラダ	くずし豆腐煮
		苺・パイナップ ル	ほうれん草の 五目浸し	長芋の酢の物	みかん		団子汁	ブロッコリーサ ラダ
			きゃべつスープ ヨーグルト	小松菜の味噌汁 りんご			ヨーグルト和え	芋っ子汁 バナナ

【ひとくちコメント】

今週は、脂ののった鰯を「鰯の鍋照り煮」にしてお出しします。塩焼きにすると少しパサつきますが、一度小麦粉をまぶして焼いて煮ると、食べやすく旨味が増します。嫌われがちな血合いも気にならなくなります。どうぞ、しっかり召し上がって下さい。

