外旭川デイサービスセンター

いぶき

12月のメニュー













	1日（火）	2日（水）	3日（木）	4日（金）	5日（土）
	鱈のムニエル 冬瓜の煮物 ほうれん草の和え物 フルーツ	メバルの胡麻味噌和え 菜の花の和え物 卵豆腐 フルーツ すまし汁	ひき肉カレー 切干大根サラダ フルーツ コンソメスープ	わかめご飯 鶏肉の照り煮 里芋の甘味噌和え オクラ梅肉和え 金時豆 おやつ・・・プリン	豚肉と蓮根の煮物 もやしのナムル 漬物 ヨーグルト和え
7日（月）	8日（火）	9日（水）	10日（木）	11日（金）	12日（土）
親子煮 白菜の梅肉和え 春雨サラダ ヨーグルト和え	ゆかりご飯 豚肉の五目煮 マカロニサラダ 菜の花のお浸し フルーツ	豆腐ハンバーグ れんこん金平 春菊の磯和え 漬物	ホッケ照り焼き 揚げ茄子のおろしポン酢かけ ひじきの煮物 フルーツポンチ	鮭の野菜カツ ブロッコリーサラダ 漬物 フルーツ おやつ・・・ミニたいやき	鱈のカレー焼き ビーフン炒め かぶの煮物 フルーツ
14日（月）	15日（火）	16日（水）	17日（木）	18日（金）	19日（土）
カレイの竜田焼き すき昆布の炒め煮 さつま芋の甘煮 漬物	わかめご飯 赤魚の煮付け ほうれん草の胡麻和え ポテトサラダ フルーツポンチ	ブリの照り煮 金平ごぼう もやしの和え物 フルーツ	三食丼 じゃが芋のコンソメ炒め わかめの酢の物 フルーツー	豚肉のしぐれ煮 さつま芋サラダ ほうれん草のおかか和え フルーツ おやつ・・・ココアプリン	ポークカレー カリフラワーのサラダ フルーツ コンソメスープ
21日（月）	22日（火）	23日（水）	24日（木）	25日（金）	26日（土）
豚肉の漬け焼き マカロニサラダ ほうれん草の胡麻和え フルーツ	肉団子の甘酢あんかけ もやしのナムル 卵豆腐 フルーツ	鶏の唐揚げ がんもの煮物 春雨の酢の物 フルーツ	☆クリスマス☆ ピラフ ホキのムニエル 蕪のコンソメ煮 フルーツ コーンスープ	目鯛の味噌煮 菜の花の和え物 なます フルーツ すまし汁 おやつ・・・エクレア	赤魚の煮付け 揚げ茄子の肉味噌和え ほうれん草の白和え フルーツ
28日（月）	29日（火）	30日（水）	31日（木）		
鰆の白醤油焼き 南瓜の甘煮 スパゲッティサラダ フルーツポンチ	ホッケの漬け焼き 豆腐の野菜あんかけ さつま芋きんとん 漬物	カレイの煮付け もやしの中華炒め ほうれん草のおかか和え フルーツ		 おやつ・・・やわらかおかき	

お問い合わせ先

秋田市外旭川字鳥谷場136
TEL　018-868-5415
FAX　018-868-5416

【レクリエーション】

11/30～12/5　冬支度ゲーム
7～12　あったかお鍋ゲーム
14～19　雪だるまボーリング／誕生会
21～26　クリスマス釣り～
28～30　忘年会パーティー

【演芸】【外出】　随時