

今月のmenu 1月の献立

旬の食べ物 春の七草



お正月休みが明けるこの頃、胃はずっしりともたれ気味そんな疲れた胃をやさしくいたわってくれるのが「七草がゆ」です。無病息災を祈る習慣が日本に伝わりました。

持ち帰り お弁当の ご案内



当日デイご利用された方限定
定期的にご利用の場合のみ
ごはん付 700円
おかずのみ 600円
5日前までにお申し込みください

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
休日	休日	休日	赤飯 ぶりの照り焼き 筑前煮 紅白なます 黒豆	ちらし寿司 鯖の西京焼き さつまいもの甘煮 茶碗蒸し 黒豆	いなし寿司 鶏の照り焼き ごまめ 紅白なます 黒豆
8	9	10	11	12	13
豚肉の生姜焼き 大豆の五目煮 野菜の甘酢和え	七草がゆ あんかけうどん 肉団子と大根 の煮物 煮豆	煮込みハンバーグ さつまいも甘煮 白菜のゆかり和え	肉団子甘酢あんか け 切干煮付け もずくの酢の物	豚しゃぶ 白菜と厚揚げ の煮付け ポテトサラダ	鮭のホイル焼き 筑前煮 小松菜の おかか和え
15	16	17	18	19	20
鮭の照り焼き かぶのそぼろ煮 マカロニサラダ	肉じゃが 厚揚げと小松菜の 甘辛炒め ほうれん草の お浸し	鶏肉と春雨 のスープ ふろふき大根 小松菜としめじの からしポン酢和え	さつまいもと 豚肉の甘辛焼き 厚揚げと野菜煮 野菜の胡麻サラダ	アジ天ぷら 里芋のそぼろ煮 白菜の胡麻和え	鶏肉のチリソー ス風 小松菜と厚揚げ の味噌煮 野菜の甘酢和え
22	23	24	25	26	27
親子丼 ひじき煮つけ 小松菜の意浸し	赤魚きのこ あんかけ 里芋ときこの 味噌煮 白菜のおひたし	つくね焼き おろしポン酢かけ かぼちゃの煮つけ 白菜胡麻和え	炊き込みご飯 おでん 小松菜とコーンの バターソテー コールスロー サラダ	きつねうどん 小松菜と鶏肉 の煮物 煮豆	鮭の照り焼き 根菜煮付け もやしとハムの サラダ
29	30	31			
和風ハンバーグ きのこあんかけ ふろふき大根 キャベツサラダ	鶏肉塩麴みそ焼き ブロッコリー と卵のソテー トマトサラダ	肉豆腐 豚スライス・ 玉ねぎ カブのそぼろあん ほうれん草 胡麻和え			

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願い申し上げます。

※上記にごはんとみそ汁が付きます。

デイサービスセンターみねのさと www.minenosato.com

みねのさと

検索

〒651-1302 神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号 TEL 078-987-0128 FAX 078-987-0709