

今月の menu 10月の献立

旬の食べ物 柿



昔から二日酔いには柿がいいと言われていました。タンニンとビタミンCには血液中のアルコール分を体外に排出する働きがあります。

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
焼きさんま 里芋と鶏肉 の煮物 白菜の おかか和え	八宝菜 ふろふき大根 春雨サラダ	鶏のから揚げ 切干煮つけ きゅうりと わかめの酢の物	鯖の西京焼き かぼちゃ煮付け もやしとハム のサラダ	かに玉 なす煮びたし キャベツの和え物	肉じゃが ほうれん草のお かか和え もずくの酢の物
8	9	10	11	12	13
カレーライス 煮豆 コールスローサラ ダ	豚肉の生姜焼き 大豆の五目煮 もずく酢の物	アジの竜田揚げ 大根と揚げの煮つ け 白菜の胡麻和え	きつねうどん 里芋と鶏肉の煮物 煮豆 ゆかりごはん	肉団子和風あなか け 大豆の五目煮 大根サラダ	鮭のホイル焼き 筑前煮 白菜のお浸し
15	16	17	18	19	20
鮭のムニエル タルタルソース 大根のそぼろあ ん ほうれん草 のおかか和え	つくね焼き おろしポン酢かけ 切干煮つけ 白菜胡麻和え	ちらし寿司 おでん 春雨サラダ	煮込み ハンバーグ さつまいも甘煮 白菜のお浸し	鮭の照り焼き きんぴらごぼう ポテトサラダ	あんかけうどん 茄子の煮つけ 煮豆 炊き込みご飯
22	23	24	25	26	27
ピラフ シチュー コールスロー サラダ	赤魚きのこ あんかけ かぼちゃ煮つけ ほうれん草和え物	鶏の照り焼き 切干煮つけ 白菜のおひたし	とり天 ふろふき大根 ポテトサラダ	親子丼 里芋ときのこの 味噌煮 キャベツの梅和え	マーボー豆腐 南瓜煮つけ もずく酢の物
29	30	31			
さつまいもと 切干煮つけ 野菜の 胡麻サラダ	きつねうどん 小松菜と鶏肉 の煮物 煮豆 炊き込みご飯	鮭の照り焼き 白菜とあげ の煮付け ポテトサラダ			

※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

※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 4 TEL 078-987-0128 FAX 078-987-0709