

今月の menu 12月の献立

クリスマスメニューのお知らせ

MERRY
CHRISTMAS



2018年12月19日(水)～2018年12月25日(火)の期間

旬の食べ物 みかん



白い筋や袋にはペクチンという整腸作用やコレステロール低下作用のある食物繊維がたっぷり含まれているので袋ごと食べるのがオススメです！

月	火	水	木	金	土
					1
					さんまの煮つけ 大根と鶏肉の煮つけ ほうれん草のおかか和え
3	4	5	6	7	8
煮込みハンバーグ さつまいも甘煮 白菜のお浸し	鮭のホイル焼き 大根のそぼろ煮 キャベツの梅和え	ちらし寿司 おでん ほうれん草 のお浸し	ぶりの照り焼き 白菜とあげの煮付 けポテトサラダ	あんかけうどん 大根煮つけ 煮豆	豚肉の生姜焼き 大豆の五目煮 野菜の甘酢和え
10	11	12	13	14	15
鮭の照り焼き 根菜煮付け もやしとハムの サラダ	さつまいもと 豚肉の甘辛焼き 切干煮つけ 野菜の胡麻サラダ	肉じゃが うすあげと小松菜 の甘辛炒め ほうれん草 のお浸し	つくね焼き おろしポン酢かけ 切干煮つけ 白菜胡麻和え	マーボー豆腐 南瓜煮つけ 大根の胡麻サラダ	肉団子甘酢あん かけ 大根と揚げの 煮つけ 白菜の胡麻和え
17	18	19 Xmas	20 Xmas	21 Xmas	22 Xmas
赤魚きのこあんか け ひじき煮つけ 白菜のおひたし	ちらし寿司 筑前煮 キャベツサラダ	ピラフ コーンスープ エビフライ ブロッコリー サラダ	サンドイッチ コーンスープ ポテトサラダ	オムライス コーンスープ 鶏照り焼き 野菜サラダ	ピザトースト コーンスープ コールスロー サラダ
24 Xmas	25 Xmas	26	27	28	29
ピザトースト コーンスープ コールスロー サラダ	サンドイッチ コーンスープ 野菜サラダ	和風ハンバーグ きのこあんかけ ふろふき大根 もずく酢の物	きつねうどん 小松菜と鶏肉の煮 物 煮豆	お楽しみ メニュー	

※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。ご了承いただきます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 4 TEL 078-987-0128 FAX 078-987-0709