

## あすなろデイサービスセンター献立表

2026年1月26日～1月31日

1月26日(月)	1月27日(火)	1月28日(水)	1月29日(木)	1月30日(金)	1月31日(土)
米飯 150g 魚の梅煮 煮物(揚げ、しめじ) キャベツの酢の物 ヨーグルト	米飯 150g そばろ入り卵焼き ごぼうの炒り煮 白菜のたらこ和え オレンジ	米飯 150g 鮭のみぞれ煮 白菜の煮浸し 南瓜サラダ コーヒーゼリー	米飯 100g パン食(レーズンロール) コロッケ 小松菜の炒め物 大根の和風サラダ オレンジ	米飯 100g かきたまそば キャベツの炒め煮 ほうれん草の和え物 バナナ	米飯 150g 豚肉のみぞれかけ 大根とベーコンの煮物 マカロニサラダ ミルクチョコプリン

