

## あすなろデイサービスセンター献立表

2025年10月6日～10月11日

10月6日(月)	10月7日(火)	10月8日(水)	10月9日(木)	10月10日(金)	10月11日(土)
米飯 150g ししゃも 肉じゃが ひじきの白和え キウイフルーツ	米飯 150g 鶏の唐揚げ 大根の旨煮 即席漬け バナナ	米飯 100g パン食(メロンパン) スペイン風オムレツ 野菜ソテー マカロニサラダ キウイフルーツ	米飯 150g サバの生姜煮 豆腐チャンプルー 白菜のおかかマヨ和え コーヒーゼリー	米飯 150g 鮭のムニエル キノコの蒸し焼き ひじきとワカメのサラダ りんご	米飯 100g ちゃんぽんめん 煮豆(金時豆) 胡瓜のしば漬け和え ソフール(ストロベリー)

