

入間デイサービスセンター ランチメニュー 令和3年10月



日 月 火 水 木 金 土

豊富なメニュー、豊かな食材、そして味わえる喜び、
思わず箸を伸ばしてしまうメニュー
 ※ご飯の記入は、省略しております。
 【ご注意】
 昼食メニュー、おやつの内容が、急遽都合により変更する場合があります。
 アレルギー等ご不安のある場合、お気軽にご相談ください。

今月のお味噌汁紀行
 第1弾 1日～2日
 白味噌
 第2弾4日～16日
 合わせ味噌
 第3弾18日～30日
 赤だし
**産地と素材にこだわった
 うまみをお楽しみください**

今月のおすすめのおやつ
 (前編) 10月8日 ようかん
 10月8日はようかんの日
 「いと(10)おいしいよう(8)かん」と読む語呂合わせから。疲労回復によいとされるビタミンB1を多く含むようかんを食べて元気に過ごしましょう！！



今月のおすすめのおやつ
 (後編) 10月18日 栗と小豆のしっとりケーキ
 一三夜は、日本固有の「収穫祭」の一つです。
 栗や、豆が収穫できる時期なので、
 「栗名月」「豆名月」と呼ばれます。一三夜は平安時代の日本が始めたとされています。
 この時期の旬の食材「栗と小豆」を使ったケーキを食べて収穫祭を美味しく過ごしましょう！！



あずきの日 とんかつの日	
1 おやつ 今川焼	2 おやつ メイトープリン
ヒレカツの卵とじ 副菜:いかとわかめの青じそだれ/人参と韭のナムル/菜の花のお浸し/きのこの白和え	牛肉の洋風ソース 副菜:きのこことシーフードのガーリックソテー/グラタン風/ポトフ/ブロッコリーのソテー

3	4 おやつ やわらか水ようかん	5 みたらし団子の日 おやつ みたらし団子	6 ロールケーキの日 おやつ シューロールケーキ	7 おやつ 北海道牛乳のプチエクレア	8 羊羹の日 おやつ ようかん	9 おやつ ふんわりワッフル
デイ お休み						
	メンチカツと鯖(サバ)の味噌煮 副菜:鯖の味噌煮/海老団子の煮付/ゴーヤチャンプル/紫芋サラダ	海鮮味噌煮込み 副菜:豚内の甘辛炒め/帆立のチリソース/マカロニサラダ/ポテトのバター風味	鶏肉の生姜煮 副菜:海老とツナキャベツ煮/山菜金平/青梗菜の煮びたし/椎茸の卵和え	赤魚の塩焼き 副菜:肉焼きそば/味噌田楽/ほうれん草のクルミ和え/レーズン南瓜	鱈の葱味噌マヨソース焼き 副菜:豚しゃぶ/がんもの含め煮/キャベツとしらすの和え物/昆布の煮物	海老チリ 副菜:牛肉と野菜のステーキソース和え/ポテトの粒マスタードサラダ/小松菜と椎茸のお浸し/焼売

入間デイサービスセンター ランチメニュー 令和3年10月

日	月 鯛の日	火 豆腐の日	水	木	金 カレーの日 イチゴの日	土
10	11 おやつ たい焼き	12 おやつ 黒糖フークレ	13 おやつ 食べごろ気分 白桃ゼリー	14 おやつ 吹雪まんじゅう	15 おやつ 苺ショートケーキ	16 おやつ リンゴと カスタードのタルト
デイ お休み	 茄子と厚揚げの肉味噌がけ 副菜: めばる照り焼き/小松菜のピーナッツ和え/トマトマカロニ/えのきとわかめの中華風和え物	 麻婆豆腐 副菜: 海鮮のきのこソース/ひじきと竹輪の煮物/白菜の梅肉和え/りんごとレーズンのワイン煮	 鰯(アジ)の塩焼き 副菜: 鶏の竜田揚げ/里芋と蒟蒻の田楽/菜の花と錦糸卵のお浸し/昆布煮	 豚肉と厚揚げの白味噌煮 副菜: 小海老のビーフン/野菜の土佐煮/コーンとポテトのクリーム仕立て/木耳とパプリカの胡麻和え	 シーフードカレー 副菜: 鶏ときこのおろしポン酢/彩り野菜のオリーブオイル仕立て/いんげんの胡麻和え/キャベツとコーンの酢漬け風	 豚肉のぶっかけ葱醤油 副菜: 帆立とじゃが芋のクリーム煮/南瓜の含め煮/野菜入り卵焼き/いんげんの胡麻よごし
	17	18 十三夜 おやつ 栗と小豆の しっとりケーキ	19 シュークリームの日 おやつ 北海道産牛乳の カスタード&ホイップシュー	20 おやつ 薄皮つぶあんパン	21 おやつ マーラーカオ	22 おやつ セミフレッドドルチェ ストロベリー
デイ お休み	 がんもどきと豚肉の煮物 副菜: 鰯の柚子にんにく風味/菜の花と雑穀のおひたし/切干し大根と昆布の煮物/赤ピーマンと卵の炒め煮	 鶏肉の胡麻味噌煮 副菜: じゃこなす/筍とザーサイの炒め煮/海老入り五目豆/いんげんの甘辛煮	 野菜たっぷり回鍋肉 副菜: 海老と絹揚げの塩あんかけ/切干と昆布の酢の物/薩摩芋の胡麻よごし/鶏ささみと小松菜の柚子胡椒風味	 鮪(マグロ)と鰯(ブリ)の 煮合わせ 副菜: 南瓜のそぼろあんかけ/蒟蒻の柚子味噌あん/ハムカツ/昆布の煮物	 牛肉の味噌煮込み 副菜: あさりの卵とじ/茄子の中華胡麻醤油/いんげんの白和え/牛蒡煮	 鰯(アジ)のたっぷりキノコと 根菜添え 副菜: 豚肉の卵とじ/白菜とじゃこのお浸し/大根といかの煮物/薩摩芋の甘煮
	24/31	25 プリンの日 おやつ カスタードプリン	26 おやつ 栗まん	27 おやつ 里見の郷	28 おやつ 白いプリン	29 おやつ 具たっぷり肉まん
デイ お休み	 トマト煮込みハンバーグ 副菜: キャベツとベーコンのオムレツ風/海老と青パパイヤのガーリックソテー/ほうれん草とこんにゃくの白和え/ポテトのホクホクマッシュ	 鰯(アジ)と根菜の甘酢炒め 副菜: 大根と里芋のそぼろ煮/ひじきの中華和え/ブロッコリー胡麻和え/大豆の煮豆	 魚介と厚揚げの白い麻婆ソース 副菜: 鶏ほぐしとおかかの和風ペンネ/干し海老の大根あんかけ/わかめと竹輪の甘酢和え/玉ねぎとコーンのピリ辛	 鶏のデミソース仕立て 副菜: 茄子の土佐煮/海老とブロッコリーのサラダ/菜の花の辛子和え/蒟蒻の胡麻味噌和え	 スープカレー 副菜: 鰯のムニエル/蒟蒻のそぼろ煮/茄子の煮浸し/里芋の甘煮	 牛皿と海鮮八宝菜 副菜: 海鮮八宝菜/焼売/卵焼き明太子ソース/ブロッコリーのカニあんかけ