

2024



歩夢 こんだてカレンダー



月	火	水	木	金	土	日
1 ごはん カレイのから揚げ ミニグラタン お浸し	2 ごはん 鶏肉の塩だれ焼き かに焼売 サラダ	3 たけのご飯 タラのおろしソース掛け 茄子のポン酢和え サラダ	4 ごはん 鶏の竜田揚げ トマトミートオムレツ サラダ	5 ごはん ダッカルビ サウラの西京焼き サラダ	6 やす お休み	7 やす お休み
8 ごはん ミートソースハンバーグ キャベツのコンソメ煮 サラダ	9 ごはん ホッケのフライ 豚の角煮 サラダ	10 ごはん 鶏肉の甘酢あんかけ ひじきの煮物 サラダ	11 おむらいずどん オムライス丼	12 さんさい 山菜ごはん 鶏肉のチリソース掛け 茄子のドレッシング和え サラダ	13 やす お休み	14 やす お休み
15 ごはん カレイ煮つけ 春巻き サラダ	16 炊き込みごはん 焼き魚 鶏肉の照り焼き 和え物	17 ごはん 豚の生姜焼き かぼちゃの天ぷら サラダ	18 ごはん チキンカツ きんちやく煮 サラダ	19 ごはん タラの竜田揚げ 肉焼売 お浸し	20 やす お休み	21 やす お休み
22 ごはん きのこハンバーグ ミニプレーンオムレツ サラダ	23 きのこごはん サバの生姜焼き かに焼売 サラダ	24 ごはん サーモンフライ ミニハンバーグ 和え物	25 ごはん 豚肉サムジャン いわしのみそ煮 サラダ	26 チャーハン ヒレカツ 麻婆茄子 サラダ	27 やす お休み	28 やす お休み
29 やす お休み	30 うめ 梅しらすごはん 和風ハンバーグ 茄子のポン酢和え サラダ					

食材の仕入れの事情により、メニューが一部変更となることもあります。 岩手県産「ひとめぼれ」を使用しています。

お問い合わせ：地域生活支援センター「歩夢」

TEL： 019-662-6852

FAX： 019-662-6872

〒020-0114 岩手県盛岡市高松3丁目7-33