

# すずらん

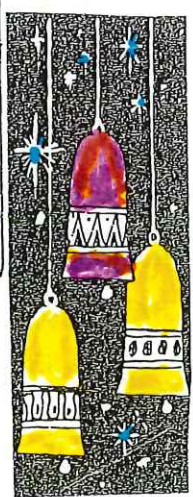
Return of Happiness

2024年は、皆様にとってどんな年でしたでしょうか？  
 気候変動から大きな災害も多く、また、高橋恵美子さんとのお別れと、辛いことも多い年でした。  
 「どの人も自分の持つ力を発揮して、お互いを許し合って生きていくことにつながるすずらんにしよう」としてまた恵美子さんでしたね。その思いをつないでいきましょう。  
 一年間ありがとうございました。

2024  
12月の献立表

日	月	火	水	木	金	土	
1 お休み	2 青菜ごはん 豚しゃぶと温野菜 中華春雨サラダ 切りこぶの煮物 かぶの浅漬 507kcal	3 わかさぎのから揚げ 青梗菜のオスター炒め 豆腐のサラダ 山芋のわさびじゅう和え 507kcal	4 鶏の香味焼き ハ宝菜 れんこんの炒め煮 マリネ 508kcal	5 魚のホイル焼き 揚げ出し豆腐 キャベツのサラダ うずら豆の煮物 534kcal	6 豚カレー 大豆のサラダ 大根と竹輪の煮付 福神漬 534kcal	7 イカのフライ さつま芋ステーキ 卯の花 田楽 597kcal	
8 お休み	9 魚の甘酢あんかけ 青梗菜のオスター炒め 大根のそぼろ煮 コールスロー 542kcal	10 鶏の外ももステーキ 白和え かぼちゃの煮物 ちやしと油揚げの和え 549kcal	11 天ぷら 豆腐の煮物 マーボー春雨 ねぎの酢みそ和え 584kcal	12 ハッシュドポーク 煮物 春雨炒め 青菜のお浸し 577kcal	13 さんまの甘露煮 なすのカレー炒め 切干大根の煮物 ハムサラダ 539kcal	14 鶏の八角煮 炒り豆腐(筍・しいたけ) スパゲティサラダ 595kcal	
15 お休み	16 さつま芋ごはん 和風ハンバーグ 青梗菜のキンピラ 中華炒め お団子 578kcal	17 魚の南蛮漬 ポテトサラダ 白菜 549kcal	18 高野豆腐の肉詰め なすとしとうの炒め ほうれん草のソテー コーセーゼリー 557kcal	19 焼き魚 大根のサラダ 飛龍頭 もずくの酢の物 525kcal	20 酢豚 伊達巻 白菜の炒め 青菜のお浸し 611kcal	21 魚の生姜煮 炒め物 オクラのお浸し 杏仁豆腐 506kcal	
22 お休み	23 魚の西京漬 里芋の煮物 ピラルス こんにゃくのピリ辛炒め 517kcal	24 しゅうまい ピーマンとじゃこ 焼きそば かぶの梅肉ソース 581kcal	25 パエリア 鮭のムニエル(タルタルソース) 南瓜のサラダ 鶏の照り焼き 603kcal	26 トンカツ おでん キンピラごぼう 酢の物 553kcal	27 鯖のみそ煮 生揚げ(おろし添え) 肉と野菜の炒め物 酢の物 573kcal	28 マーボー豆腐 切りこぶの煮物 マカロニサラダ 526kcal	
29 お休み	30 煮豚・伊達巻・田作 煮しめ(里芋・人参)・なます 松風焼・黒豆・かまぼこ 数の子・くりきんとん 837kcal	(配食に関してのお問い合わせ) TEL 042-571-5804 (受付時間 9:00~18:00) FAX 042-571-5830 (祝・日曜はお休み)					食材仕入れの都合などにより、献立の変更がございます

くすり屋とねんごうになる年の暮  
(祐来坊美子)



すずらんの配食は手渡し基本です。  
 ご不在の場合、持ち帰り安否確認のあと再度お届けいたしております。  
 昼食 11:00~13:00頃 夕食 16:00~18:00頃

配食中止のご連絡は 配達日の前日午前10時までに お願いいたします。(前日が祝・日など休日の場合、その前日) その時刻を過ぎた場合は、利用者負担が生じてまいりますのでご注意ください。