

2024年10月01日(火) ~ 2024年10月15日(火)
常食

献立表

| | 1日(火) | 2日(水) | 3日(木) | 4日(金) | 5日(土) | 6日(日) | 7日(月) | 8日(火) | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|--|--|---|---|---|--|---|--|
| 朝 | 味噌汁(里芋・揚げ) あんぺい君(コンソメ) たいみそ ソファールプレーン | 味噌汁(麩・青梗菜) さば塩焼き (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン) | 味噌汁(小松菜・玉葱) ウィンナーソテー (明太風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン | 味噌汁(さつま揚げ・ホウレンソウ) 大豆と野菜のカレー煮 海苔香味ふりかけ ソファール(レモン) | 味噌汁(ジャガイモ・生揚げ) 卵巻ウィンナー のり佃煮 ソファールプレーン | 味噌汁(南瓜・うすあげ) 柳さわら西京焼き (たまご)ふりかけ ソファールプレーン | 味噌汁(卵・キャベツ) あんぺい君(コンソメ) 金山寺味噌 ソファール(レモン) | 味噌汁(海苔・麩) やわらからあげのあんかけ 利尻ふりかけ ソファールプレーン | | | | | |
| 昼 | 生姜煮(すずぎ) 添え(人参甘煮) ピーナツ和え(もやし) 清し汁(麩・三つ葉) りんご | レーズンロール ホパイチースオムレツ 添え(赤パプリカ) ブロッコリーナムル コンソメスープ ミルミルS | ホークテアアップルソース漬け焼き ソテー(ミックスベジ) カリフラワーとカニのドレッシング和え もずくスープ バナナ | 味噌ラーメン 白菜塩昆布和え くず餅風デザート | 鶏ちゃん焼き風 サウザントレッシング和え 清し汁(豆腐・葱) オレンジ | 鯖のごまみりん漬け焼き 添え(Gアスパラ) 海苔和え(小松菜) もやし炒め いちごムース | さつま芋ご飯 ふくらぎの照り焼き 添え(ししとう) わさび和え(おくら) 冬瓜そぼろ煮 栗ようかん | レモンチキン 添え(スッキニコ) 中華ドレッシング和え(大根) 野菜スープ(人参・玉葱) マンゴー | | | | | |
| 夕 | ビーフシチュー 葉の花のボン酢和え 長いものバター炒め | えび玉あんかけ 葉の花のボン酢和え 長いものバター炒め | サンマの竜田揚げ 添え(卸し) きゅうりの梅肉和え きつまいもバター醤油からめ | ビビンバ きゅうりの梅肉和え きつまいもバター醤油からめ | カレイのはす蒸し 卵豆腐 ごま味噌田楽(里芋・蒟蒻) | 豚肉ときくらげの卵炒め 卵豆腐 ごま味噌田楽(里芋・蒟蒻) | 鱈フライ 添え(隠元グラッセ) バナパンジーサラダ 若竹煮 | 鶏のコチュジャンマヨ炒め バナパンジーサラダ 若竹煮 | 赤魚のおろし煮 添え(葱) 梅菜和え(菜の花) ひじき炒り煮 | 鶏肉の黒糖酢炒め 茄子の揚げ浸し(冷・おろし) 中華スープ(麩・人参) | 焼肉風(豚肉) 青じそドレッシング和え 清し汁(まつたけ麩・葱) | サーモンフライ 添え(ブロッコリー) 胡麻豆腐(醤油) ピーマンコンソメ炒め | ハンバーグマトソース 添え(ブロッコリー) 胡麻豆腐(醤油) ピーマンコンソメ炒め |

| | 9日(水) | 10日(木) | 11日(金) | 12日(土) | 13日(日) | 14日(月) | 15日(火) | | | | |
|---|---|---|--|--|--|--|---|--|--------------------------|--|--|
| 朝 | 味噌汁(冬瓜・青梗菜) 厚焼き卵 (かつお)ふりかけ ソファール(レモン) | 味噌汁(もやし・わかめ) 三色いなり(ホウレンソウ) (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン | 味噌汁(茄子・玉葱) 半熟オムレツ 芽株佃煮 ソファール(レモン) | 味噌汁(南瓜・白菜) やわらかチキン照焼風 ゆかり ソファールプレーン | 味噌汁(大根・ほうれんそう) 信田巻き (卵風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン | 味噌汁(さつまいも・麩・葱) 肉詰めいなり(白菜) 旅行の友 ソファール(レモン) | 味噌汁(小松菜・人参) ウィンナーソテー たいみそ ソファールプレーン | | | | |
| 昼 | 惣菜ハン(メンチカツ、フランク) シーサードレッシング和え ミルクスープ(ジャガイモ) 飲む野菜と果実 トマト&アップル | 親子丼 酢味噌和え(小松菜) 清し汁(豆腐・葱) 柿 | カレーうどん いかと里芋の煮付(柔) メロンムース | ほっけの塩焼き 添え(人参甘煮) 納豆和え(菜の花) 煮付け(ちくわ、隠元) バナナ | ミートボールケチャップ炒め ゴマドレッシング和え(カニ) コンソメスープ(冬瓜) 抹茶ようかん | 赤魚粕漬け焼き 添え(オクラ) 長芋短冊 鶏汁 りんご | タンドリーチキン 添え(キャベツ) 中華ドレッシング和え チリコンカン風 オレンジ | | | | |
| 夕 | お好み焼き風オムレツ 添え(野菜ソテー) 辛子マヨ和え(もやし) 煮物(揚げ茄子・生揚げ) | カレイの磯辺焼き 添え(野菜ソテー) 辛子マヨ和え(もやし) 煮物(揚げ茄子・生揚げ) | 赤魚のハン粉焼 添え(ブロッコリー) 南瓜サラダ 冬瓜のコンソメ煮 | ミートソースグラタン 南瓜サラダ 冬瓜のコンソメ煮 | 鯖のオイスター漬け焼き 添え(人参甘煮) のり佃煮和え(オクラ) ほうれん草のソテー | 豚肉の味噌漬け焼き 添え(人参甘煮) のり佃煮和え(オクラ) ほうれん草のソテー | 鶏肉と鮭のチロコ風 ブロッコリーの味噌マヨ和え 中華スープ(卵・豆腐) | 鮭の照り焼き 添え(ししとう) なめ茸和え(青梗菜) ソーメンチャンプルー | 焼き鳥(ねぎま)風 冷奴 ピー玉炒め | とうもろこしご飯 生姜煮(金目鯛) 添え(花豆腐黄) とろろ昆布和え(おくら) 中華スープ(白菜・ハム) | とうもろこしご飯 鶏と玉葱のボン酢炒め とろろ昆布和え(おくら) 中華スープ(白菜・ハム) |

選択食のある日は、左がA献立、右がB献立です。
都合により献立を変更させて頂く場合があります。