

# 掲示用献立表

## まとまりマッシュ (Aメニュー)

日付	2024年10月01日(火)	2024年10月02日(水)	2024年10月03日(木)	2024年10月04日(金)	2024年10月05日(土)	2024年10月06日(日)	2024年10月07日(月)	2024年10月08日(火)
朝食	ハン粥(アフリコト)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(リンコ)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(アフリコト)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(リンコ)300g	ハン粥(イチコ)300g
昼食	軟飯180g えび玉あんかけ キャベツと竹輪の胡麻和え 人参ごぼうカレー炒め りんごヨーグルト	軟飯180g 鯖のイタリア風 きやべつの中華和え يونكريمポタージュ 手作りいちごプリン	軟飯180g ポークソテー アップルソース いんげんごま和え えびと豆腐の中華あんかけ ココアムース	軟飯180g 鶏肉のガーリックソテー カリフラワーとハム中華和え ブロッコリーのコンソメ煮 白ぶどうヨーグルト	軟飯180g カレイみりん焼き 胡麻豆腐 野菜の和風トマト煮 抹茶ようかん	軟飯180g 鯖のつけ蒸し焼き 焼き茄子 キャベツのミルク煮 ピーチムース	軟飯180g 鶏の塩麹焼 菜の花マヨ和え 豆腐たらこあんかけ イチゴミキサー	軟飯180g レモンチキン 法蓮草のツナ和え アスパラソテー オレンジヨーグルト
夕食	軟飯180g 肉団子のケチャップあん 南瓜サラダ もやし海苔和え	軟飯180g 鶏の赤みそ照焼 おくらなめ苺和え ほうれん草の煮浸し	軟飯180g シイラのみぞれ煮 白菜ドレッシング和え 茄子の中華炒め	軟飯180g 鮭の味噌マヨ焼 キャベツフレンチサラダ 切り干し煮	軟飯180g お好み焼き風オムレツ オクラ黒胡麻和え じゃが芋とベーコンのソテー	軟飯180g 焼き肉風 白菜なめ苺和え 大学芋風	軟飯180g シーフードカレー キャベツゆかり和え ピーマンコンソメ炒め	軟飯180g シイラのチリソースかけ いんげん黒胡麻和え さつま芋バター醤油からめ
一日合計								
日付	2024年10月09日(水)	2024年10月10日(木)	2024年10月11日(金)	2024年10月12日(土)	2024年10月13日(日)	2024年10月14日(月)	2024年10月15日(火)	
朝食	ハン粥(アフリコト)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(リンコ)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(アフリコト)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(リンコ)300g	
昼食	軟飯180g ステーキのトマトソテー パプリカハニーマスタート和え يونكريمポタージュ 手作りりんごプリン	軟飯180g 親子煮 オクラ海苔和え 菜の花のガーリックソテー みたらし団子風デザート	軟飯180g ハンバーグおろしポン酢 (ま小松菜ごま和え さつま芋レモン煮 桃ヨーグルト	軟飯180g さごし西京焼き シーザードレッシング和え たこの甘辛煮 やわらか団子(サク)	軟飯180g ポークチャップ もやしナムル 南瓜のチーズソテー ぶどうムース	軟飯180g 餃子のスープ煮 ほうれん草ツナサラダ キノコのソテー バナナミキサー	軟飯180g チキントマトカレー煮 フレンチサラダ アスパラとエビのソテー オレンジヨーグルト	
夕食	軟飯180g 松風焼き エビとブロッコリーオーロラ和え 白菜のコンソメ煮	軟飯180g 鮭ソテーとろろソース ブロッコリーのサウサンサラダ いんげん煮付け	軟飯180g 赤魚の中華蒸し キャベツフレンチサラダ 源平煮	軟飯180g 鶏肉クリームソースがけ 白菜の胡麻サラダ きんぴらごぼう	軟飯180g しいらの香味だれがけ キャベツ青じそサラダ じゃが芋コンソメ煮	軟飯180g サンマの生姜煮 ゆかり和え 湯豆腐(ポン酢)	軟飯180g 鯖の味噌煮 オクラなめ苺和え 茄子オランダ煮	
一日合計								