

掲示用献立表

極軟菜食（Aメニュー）

日付	2024年10月16日(水)	2024年10月17日(木)	2024年10月18日(金)	2024年10月19日(土)	2024年10月20日(日)	2024年10月21日(月)	2024年10月22日(火)	2024年10月23日(水)
朝食	全粥 味噌汁(生揚げ・青梗菜) やわらかからあげのあんかけ (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(あおさ海苔・麩) 大豆と野菜のカレー煮 (明太風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン	全粥 味噌汁(大根・人参) あんぺい君(コンソメ) 海苔香味ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(ジャガイモ・玉葱・葱) 白身魚のふんわり天 のり佃煮 ソファールプレーン	全粥 味噌汁(豆腐・わかめ) ウィンナーソーテー (たまご)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(さつまいも・青梗菜) 肉詰めいなり(白菜) 金山寺味噌 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(卵・小松菜) 信田巻き 利尻ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(里芋・葱) 柳さわら西京焼き (かつお)ふりかけ ソファール(レモン)
昼食	全粥 オムレツ(デミグラスソース) シーザードレッシング和え ミルクスープ(アスパラ、じゃが) バナナムース	全粥 鯖(サハ)の味噌煮 添え(オクラ) 胡麻和え(ほうれん草) 煮付け(ちくわ、隠元) キウイ	全粥 鶏肉のさっぱり煮 添え(にんじん) 菜めし和え(きゃべつ・茹で) 中華スープ(豆腐葱) 手作りほうじ茶プリン	全粥 しいらの漬け焼き 添え(甘煮) お浸し(法蓮草) ニラもやし炒め パイン缶	全粥 鶏肉照り焼き 添え(葱) もやし塩昆布和え 里芋味噌煮 バナナムース	全粥 煮魚(すずき) 添え(花豆腐桃) 錦和え(ほうれん草) 味噌汁(冬瓜・麩・三つ葉) バナナ	全粥 チキンソーテー おろしソース 添え(ズッキーニ・ソーテー) トマトの甘酢和え 中華スープ(白菜) 芋ようかん	全粥 鶏肉照り焼き 添え(キャベツ) ブロッコリーのサラダ コンソメスープ さくら餅風デザート
夕食	全粥 赤魚の中華蒸し 小松菜白和え なす揚げ煮	全粥 揚げ出し豆腐 ピーナツ和え(もやし) 味噌汁(白菜・冬瓜)	全粥 ふくらぎのムニエル葱バターソースがけ 添え(赤パプリカ) 青梗菜ナムル 煮付け(けんちん・冬瓜)	全粥 煮込みハンバーグ(トマト) 添え(黄パプリカ) ゴマドレッシング和え コンソメスープ(ミックスベジタブル)	全粥 赤魚のガリバタソーテー 添え(オクラ) ハンパソテーソース和え 中華スープ(春雨)	全粥 鶏肉クリームソースがけ 辛子マヨ和え(もやし) ピーマンじゃこ炒め	全粥 メルルサのソーテー明太マヨソースがけ 添え(アスパラ) オクラの梅おかか和え 蒸しカボチャ(バター)	全粥 麻婆茄子 もやしナムル 清し汁(豆腐・麩)
一日合計								
日付	2024年10月24日(木)	2024年10月25日(金)	2024年10月26日(土)	2024年10月27日(日)	2024年10月28日(月)	2024年10月29日(火)	2024年10月30日(水)	2024年10月31日(木)
朝食	全粥 味噌汁(もやし・うす揚げ) フランクフルト (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(茄子・きゃべつ) 大豆の豆乳クリーム煮 芽株佃煮 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(南瓜・玉葱) やわらかチキン照焼風 ゆかり ソファールプレーン	全粥 味噌汁(さつま揚げ・小松菜) 三色いなり(白菜) (卵風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン	全粥 味噌汁(卵・もやし) ウィンナーソーテー 旅行の友 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(生揚げ・人参・葱) 厚焼き卵 たいみそ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(大根・葱) さばみりん焼き (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(海苔・麩) あんぺい君(コンソメ) (明太風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン
昼食	全粥 メルルーサの和風ムニエル 添え(ししとう) ピーナツ和え(いんげん) 煮付け(さつま、冬瓜) ぶどうムース	全粥 煮魚(赤魚) 添え(甘煮) 胡麻味噌和え(オクラ) そば汁 手作りプリン	全粥 かれいの漬け焼き 添え(アスパラ) ブロッコリーのごまドレ和え 菜の花とベーコンの卵炒め オレンジ	全粥 豆腐ハンバーグ和風ソース 添え(ししとう) 海苔和え(もやし) 清し汁(冬瓜・三つ葉) ようかん	全粥 鶏南蛮煮 シーザードレッシング和え スナックエンドウのバター炒め りんご	全粥 チキンチャップ炒め ハニーマスター和え (エビ)ポテトグラタン パインムース	全粥 鶏とアスパラのバター醤油焼き ブロッコリーのサラダ يونクリームホータージュ フルーツゼリー(マスカット)	全粥 かぼちゃシチュー 中華ドレッシング和え かぶのコンソメ煮 ハロウィンデザート(ミックスベリープリン)
夕食	全粥 鶏の味噌マスターがけ 添え(赤パプリカ) フレンドレッシング和え ほうれん草の煮浸し	全粥 鶏肉と豆腐のうま煮 辛子マヨ和え(小松菜) うの花炒り煮	全粥 青椒肉絲(チンジャオロースー) ゴマ豆腐 味噌汁(青梗菜・麩)	全粥 鯖の酒蒸し 添え(人参甘煮) 納豆 里芋煮	全粥 刺身(ネギトロ) 卵豆腐 赤だし(白菜・わかめ)	全粥 鮭のオイル蒸し ハンパソテーソース和え 酸辣湯(スーラータン)	全粥 エビと卵の炒め物 添え(ししとう) 青梗菜のシーチキン炒め煮	全粥 ふくらぎの生姜煮 添え(ししとう) とろろ昆布和え(小松菜) 人参卵炒め
一日合計								