

## 掲示用献立表

### 極軟菜食（Aメニュー）

日付	2024年12月16日(月)	2024年12月17日(火)	2024年12月18日(水)	2024年12月19日(木)	2024年12月20日(金)	2024年12月21日(土)	2024年12月22日(日)	2024年12月23日(月)
朝食	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(茄子・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・大根) 柳さわら西京焼き (かつお)ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(さつまいも・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・葱) 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(青梗菜・玉葱) やわらかチン照焼風 ゆかり ソファールプレーン	全粥 味噌汁(さつまいも・小松菜) 三色いなり(白菜) (卵風味)ごはん(合うソース) ソファールプレーン	全粥 味噌汁(わかめ・ふかし) ウィンナーソーテー 旅行の友 ソファール(レモン)
昼食	全粥 鶏肉クリームソースがけ 錦和え(菜の花) カレースープ バナナ	全粥 鶏肉のソテーオニオンソースがけ 添え(ズッキーニ・ソテー) トマトとアボカドのシーザー和え 中華スープ(卵・人参) 芋ようかん	全粥 赤魚のオイル蒸し 添え(青梗菜) ブロッコリーのサラダ コンソメスープ フルーツゼリー(みかん)	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(さつまいも・冬瓜) ぶどうムース	全粥 車麩卵とじ ゆかり和え(ほうれん草) くず餅風デザート そば汁	全粥 かれいの漬け焼き 添え(人参甘煮) ブロッコリーのごまドレ和え 煮付け(南瓜) 冬至デザート	全粥 豆腐ハンバーグ和風ソース 添え(ししとう) 海苔和え(菜の花) 清し汁(冬瓜・三つ葉) ようかん	全粥 鶏南蛮煮 ハニーマスタード和え エンドウのガーリック炒め やわらか団子(ヨモギ)
夕食	全粥 刺身 卵豆腐 赤だし(麩・人参)	全粥 鶏の黒胡椒ダレ 添え(アスパラ) オクラの梅おかか和え ほうれん草のバターソーテー	全粥 鶏肉柳川風煮 辛子和え(エンドウ) 清し汁(豆腐・三つ葉)	全粥 鶏の味噌マスタードがけ 添え(赤パプリカ) フレンチドレッシング和え (エビ)ポテトグラタン	全粥 チキンチャップ 添え(ズッキーニ) ツナ和え(おくら) アスパラベーコン炒め	全粥 青椒肉絲(チンジャオロースー) ゴマ豆腐 酸辣湯(スーラータン)	全粥 鯖の酒蒸し 添え(モヤシ) 納豆 里芋煮	全粥 白身魚の梅しそソースがけ 添え(オクラ) わさび和え(法蓮草) 味噌汁(海苔・麩)
一日合計								
日付	2024年12月24日(火)	2024年12月25日(水)	2024年12月26日(木)	2024年12月27日(金)	2024年12月28日(土)	2024年12月29日(日)	2024年12月30日(月)	2024年12月31日(火)
朝食	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・麩) 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・さつまいも) あんべい君(コンソメ) (明太風味)ごはん(合うソース) ソファールプレーン	全粥 味噌汁(白菜・わかめ) ウィンナーソーテー 海苔香味ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(里芋・揚げ・葱) 大豆と野菜のカレー煮 のり佃煮 ソファールプレーン	全粥 味噌汁(茄子・小松菜) さば塩焼き (たまご)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(ふかし・ホウレンソウ) ウィンナーソーテー 金山寺味噌 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(わかめ・玉葱) 半熟オムレツ 利尻ふりかけ ソファールプレーン
昼食	全粥 カレイのムニエル 添え(ズッキーニ) シーザードレッシング和え (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 ハンパソテーソース和え オニオンスープ ココアムース	全粥 肉団子シチュー 中華ドレッシング和え 人参卵炒め 手作りほうじ茶プリン	全粥 鶏の漬け焼き七味がけ 添え(ズッキーニ) オニオンサラダ うどん汁 手作杏仁豆腐	全粥 鶏肉のBBQソースがらめ 添え(アスパラ) 卵豆腐 清し汁(豆腐・三つ葉) いちご	全粥 メルルーサのカレームニエル 添え(えんどう) サウザンドレッシング和え コンソメスープ(人参・コーン) みたらし団子風デザート	全粥 サゴシの照り焼き 添え(隠元グラッセ) ゴマドレッシング和え 蒸しカボチャ(バター) オレンジ	全粥 ハヤシライス フレンチドレッシング和え アスパラベーコン炒め パインムース
夕食	全粥 ローストチキン 添え(ブロッコリー) サーモンのマリネ クリーンホタージュ クリスマスケーキ	全粥 鮭の漬け焼き 添え(オクラ) 南瓜サラダ 青梗菜じゃこ炒め	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) エンドウの中華炒め	全粥 茄子のそぼろ炒め 胡麻豆腐(醤油) 菜の花バター炒め	全粥 鯖の漬け焼き 添え(粉吹芋) 青梗菜ナムル コンニャク炒り煮	全粥 鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(ズッキーニ・ソテー) わさび和え(おくら) 煮付け(けんちん・冬瓜)	全粥 肉野菜炒め 味噌マヨ和え(もやし) かぎ玉汁	全粥 赤魚の漬け焼き 添え(甘煮) 納豆和え(菜の花) そば汁
一日合計								