

掲示用献立表

まとまりマッシュ(重軟) (Aメニュー)

日付	2025年01月01日(水)	2025年01月02日(木)	2025年01月03日(金)	2025年01月04日(土)	2025年01月05日(日)	2025年01月06日(月)	2025年01月07日(火)	2025年01月08日(水)
朝食	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g
昼食	軟飯180g ふくらぎ照り焼き ゴボウのたたき お雑煮風 やわらか団子(サク)	軟飯180g サゴシの幽庵焼漬け焼き 芋きんとん えびと豆腐の中華あんかけ 新春デザート	軟飯180g ハンバーグおろしポン酢 (まほうれんそうごま和え) さつま芋レモン煮 みたらし団子風デザート	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(ヨモギ)	軟飯180g ポークチャップ インゲンのピーナッツ和え 南瓜のチーズソテー メロンムース	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 イチゴミキサー	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	軟飯180g チーズオムレツ カリフラワー青じそサラダ ヨーグルムホタージュ 手作りほうじ茶プリン
夕食	軟飯180g 筑前煮 ミニ刺身(ネギトロ) 湯葉の煮物	軟飯180g 松風焼き 紅白なます 南瓜いとこ煮	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 カリフラワー青じそサラダ 冬瓜コンソメ煮	軟飯180g 赤魚のカーリクソテー オクラなめ茸和え 湯豆腐(ポン酢)	軟飯180g 鯖の味噌煮 ゆかり和え 茄子オランダ煮	軟飯180g ハニーマスタードサーモン もやしナムル じゃがいも煮味噌煮
一日合計								
日付	2025年01月09日(木)	2025年01月10日(金)	2025年01月11日(土)	2025年01月12日(日)	2025年01月13日(月)	2025年01月14日(火)	2025年01月15日(水)	
朝食	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	
昼食	軟飯180g すずき煮魚 ほうれん草胡麻和え ブロッコリーのコンソメ煮 ココアムース	軟飯180g 豚のオイスター炒め サウザンサラダ 豆腐の卵とじ 白桃ミキサー	軟飯180g とり野菜味噌 青梗菜海苔和え 湯葉の煮物 ようかん	軟飯180g 鯖のソース焼き 小松菜のお浸し カリフラワーの和風トマト煮 いちごムース	軟飯180g 回鍋肉 冷奴(ごまダレ) 筍の中華煮 バナナミキサー	軟飯180g レモンチキン キャベツフレンチサラダ 大学芋風 りんごヨーグルト	軟飯180g 鶏のクリーム煮 白菜ゆかり和え ヨーグルムホタージュ 手作りマンゴープリン	
夕食	軟飯180g 肉団子の甘酢あん キャベツ海苔和え さつまいもレモン煮	軟飯180g しいらバター醤油ソテー パプリカとキノコのマリネ 南瓜いとこ煮	軟飯180g かニ玉あんかけ 菜の花胡麻マヨ和え アスパラとイカの塩炒め	軟飯180g チキンカレー キャベツ青じそサラダ いんげん煮付け	軟飯180g サゴシ煮魚 オクラツナ和え ごぼうとブロッコリーのオイスター炒め	軟飯180g しいらのおろしたまねぎ漬焼 いんげん黒胡麻和え 茄子の味噌炒め	軟飯180g カレイ海苔チーズ焼き 法蓮草練りピーナッツ和え キノコのコンソメ煮	
一日合計								