

## 掲示用献立表

### 極軟菜食（Aメニュー）

日付	2025年01月16日(木)	2025年01月17日(金)	2025年01月18日(土)	2025年01月19日(日)	2025年01月20日(月)	2025年01月21日(火)	2025年01月22日(水)	2025年01月23日(木)
朝食	全粥 味噌汁(大根・揚げ) やわらかチキン照焼風 (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(白菜・玉葱) 肉詰めいなり(小松菜) 芽株佃煮 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(さつまいも・キャベツ) 柳さわら西京焼き ゆかり ソファールプレーン	全粥 味噌汁(あおさ・麩) フランクフルト (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(南瓜・玉葱) やわらかチキン照焼風 旅行の友 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(ふかし・人参) あんべい君(コンソメ) たいみそ ソファールプレーン	全粥 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)	全粥 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
昼食	全粥 西京漬け焼き(シイラ) 添え(ビーマン) とろろ昆布和え(青梗菜) 冬瓜くず煮 バナナ	全粥 鶏の塩麩焼 添え(葱) お浸し(おくら) 錦糸えびしんじょう やわらか団子(サクラ)	全粥 鶏肉生姜焼 添え(赤パプリカ) 練り胡麻和え(インゲン) 菜の花バター炒め オレンジ	全粥 鮭の塩焼き 添え(ブロッコリー) 梅ナムル(ほうれん草) 煮物(里芋・さつま揚げ) いちごムース	全粥 鶏の酒蒸し 添え(グリーンアスパラ) 酢味噌和え(小松菜) 白菜の炒め煮 芋ようかん	全粥 生姜煮(すずき) 添え(ししとう) ピーナッツ和え(もやし) 味噌汁(きゃべつ・いんげん) りんご	全粥 ホ・パイチーズオムレツ 添え(赤パプリカ) ブロッコリーナムル コンソメスープ みたらし団子風デザート	全粥 チキンステーキソース漬け焼き ソテー(ミックスベジタブル) 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
夕食	全粥 バジルチキン 添え(ミックスベジタブル) アホカドとカニカマのマヨ和え アスパラと卵のソテー	全粥 鯖のイタリア風 添え(カリフラワー) サウザンサラダ(レタス) かぶのコンソメ煮	全粥 シイラのチリソースがけ 添え(ししとう) 納豆 煮物(茄子・ちくわ)	全粥 豆腐の肉味噌がけ 青梗菜辛子マヨ和え 中華スープ(卵・玉葱)	全粥 刺身(ネギトロ) のり佃煮和え(オクラ) 清し汁(冬瓜・三つ葉)	全粥 チキンシチュー 菜の花のポン酢和え 長いものバター炒め	全粥 しいらの漬け焼き 添え(卸し) ゆかり和え(いんげん) さつまいもバター醤油からめ	全粥 カレイのはす蒸し お浸し(アスパラ) ごま味噌田楽(里芋・蒟蒻)
一日合計								
日付	2025年01月24日(金)	2025年01月25日(土)	2025年01月26日(日)	2025年01月27日(月)	2025年01月28日(火)	2025年01月29日(水)	2025年01月30日(木)	2025年01月31日(金)
朝食	全粥 味噌汁(さつま揚げ・人参) スクランブルエッグ 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・生揚げ) 卵巻ウィンナー のり佃煮 ソファールプレーン	全粥 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	全粥 味噌汁(卵・玉葱) あんべい君(コンソメ) 金山寺味噌 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(海苔・麩) やわらかあげのあんかけ(和) 利尻ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(ふかし・青梗菜) 厚焼き卵 (かつお)ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(もやし・わかめ) 三色いなり(いんげん) (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 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)
昼食	全粥 鶏の漬け焼き七味がけ 添え(黄パプリカ) 白菜塩昆布和え 醤油スープ 手作りプリン	全粥 鶏ちゃん焼き風 サウザンドレッシング和え 清し汁(ふかし・葱) オレンジ	全粥 シイラのごまみりん漬け焼き 添え(グリーンアスパラ) 海苔和え(小松菜) もやし炒め マンゴー	全粥 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	全粥 レモンチキン 添え(ズッキーニ) 中華ドレッシング和え(大根) 野菜スープ(人参・玉葱) ぶどうムース	全粥 鶏肉のさっぱり煮 添え(カリフラワー) サウザンドレッシング和え ミルクスープ(ジャガイモ) あんころ餅風デザート	全粥 鶏丼 酢味噌和え(小松菜) 清し汁(豆腐・葱) いちご	全粥 鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(ズッキーニ) 温泉卵 うどん汁 メロンムース
夕食	全粥 鮭のオイル蒸し 添え(隠元グラッセ) パンパンジーサラダ 冬瓜のコンソメ煮	全粥 赤魚粕漬け焼き 添え(甘煮) 梅菜和え(菜の花) 煮物(さつま、人参)	全粥 鶏肉の黒糖酢炒め 茄子の揚げ浸し(冷・おろし) 清し汁(まつたけ麩・三つ葉)	全粥 焼肉風(鶏肉) 青じそドレッシング和え 春雨スープ	全粥 鮭のソテーマヨソースがけ 添え(エンドウ) 胡麻豆腐(醤油) 里芋のガーリック炒め	全粥 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(揚茄子・生揚げ)	全粥 赤魚のパン粉焼 添え(ブロッコリー) 南瓜サラダ クリーム煮(冬瓜)	全粥 サバのソテーマスタートソースがけ 添え(人参甘煮) のり佃煮和え(オクラ) ほうれん草のソテー
一日合計								