

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03月01日(土) | 2025年03月02日(日) | 2025年03月03日(月) | 2025年03月04日(火) | 2025年03月05日(水) | 2025年03月06日(木) | 2025年03月07日(金) | 2025年03月08日(土) |
|------|--|---|--|--|--|---|--|---|
| 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 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 白桃ミキサー | 軟飯180g チキンマトカレー煮 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 クリーンホタテジュ 手作りほうじ茶プリン | 軟飯180g すずき煮魚 ホウレンソウ胡麻和え 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 |
| 夕食 | 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 赤魚のガーリックソテー オクラなめ苺和え 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 三色花ゼリー | 軟飯180g ハニーマスターサーモン もやしナムル じゃがいも煮味噌煮 | 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 カニ玉あんかけ 菜の花胡麻マヨ和え アスパラとイカの塩炒め |
| 一日合計 | | | | | | | | |
| 日付 | 2025年03月09日(日) | 2025年03月10日(月) | 2025年03月11日(火) | 2025年03月12日(水) | 2025年03月13日(木) | 2025年03月14日(金) | 2025年03月15日(土) | |
| 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 鯖のソース焼き 小松菜のお浸し カリフラワーの和風マト煮 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 クリーンホタテジュ 手作りマンゴープリン | 軟飯180g 赤魚粕漬け焼き ツナ和え(菜の花) ゴボウの味噌煮 くず餅風デザート | 軟飯180g オムレツミグラスソース キャベツのサウザンサラダ じゃが芋コンソメ煮 白ぶどうヨーグルト | 軟飯180g しいら西京焼き もやしの梅ナムル 南瓜いとこ煮 芋ようかん | |
| 夕食 | 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 法蓮草練りピーナツ和え キノコのコンソメ煮 | 軟飯180g 鶏肉ソース焼き 豆腐とマトサラダ キャベツの中華煮 | 軟飯180g 豚の葱塩タレ 白菜なめ苺和え 里芋味噌煮 | 軟飯180g ハヤシライス パプリカと玉葱のマリネ ほうれん草の豆乳煮 | |
| 一日合計 | | | | | | | | |