

2025年06月16日(月)～2025年06月30日(月)  
常食

### 献立表

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)				
朝	味噌汁(青梗菜・里芋) 柳さわら西京焼き 金山寺味噌 ソファール(レモン)	味噌汁(白菜・豆腐) あんべい君(コンソメ) 利尻ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(あおさ海苔・玉葱) やわらかあげのあんかけ(和) (かつお)ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(さつまいも・葱) さば塩焼き (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(冬瓜・ほうれん草) フランクフルト 芽株佃煮 ソファール(レモン)	味噌汁(わかめ・うずまき麩) スクランブルエッグ ゆかり ソファールプレーン	味噌汁(茄子・小松菜) やわらかチキン照焼風 (卵風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン	味噌汁(さつまいも・大根) 信田巻き 旅行の友 ソファール(レモン)				
昼	鮭の塩麹焼 添え(パプリカソテー) お浸し(法蓮草) クリーム煮(冬瓜) パインムース	レモンチキン 添え(Gアスパラ) トマトとアホカのドレッシングがけ コンソメスープ(じゃが) 手作りプリン	サンドイッチ(ハム、ツナ) ブロッコリーサラダ يونقريمホタージュ 飲む野菜と果実 ピーチ味	豚と高菜の炒め物 ゴマ和え(小松菜) 清し汁(ワカン) 芋ようかん	親子うどん ナムル(いんげん) ピーチムース	シラのムニエルオニオンソースがけ 添え(人参グラッセ) 辛子和え(菜の花) あんかけ豆腐 キウイ	車麩卵とじ 胡麻豆腐(醤油) ほうれん草とコーンの中華炒め 白ようかん	豚肉のソース炒め わさび和え(菜の花) クリーム煮(冬瓜) りんごムース				
夕	蒸し鶏 梅肉ソース 添え(オクラ) いんげんのツケ和え 清し汁(三つ葉ふかし)	ほっけの照り焼き 添え(ししとう) 酢の物(もずく) さつま芋いとこ煮	鶏のこチュジャンマヨ炒め 酢の物(もずく) さつま芋いとこ煮	鮭のバター醤油焼き 添え(エンドウ) ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)	鶏の塩だれがけ 添え(エンドウ) ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)	赤魚のおろし煮 添え(花豆腐黄) ゆかり和え(白菜) ピーマンコンソメ炒め	ミートソースグラタン ゆかり和え(白菜) ピーマンコンソメ炒め	白身魚のガリバタソテー 添え(Gアスパラ) レタスサラダ 南瓜のレモン煮	豚キムチ レタスサラダ 南瓜のレモン煮	照焼チキン 添え(葱) マヨネーズ和え(ブロッコリー) かぶのコンソメ煮	チキンのブラウンシュチュ ピーナッツ和え(いんげん) きのこソテー	オムライス カリフラワーとカニのサラダ コンソメスープ(ミックスベジ)

	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)			
朝	味噌汁(ふかし・白菜) 柳さわら西京焼き たいみそ ソファールプレーン	味噌汁(里芋・玉葱) ウインナーソテー 海苔香味ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(南瓜・人参) 赤魚みりん焼き (明太風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン	味噌汁(ほうれん草・薄揚げ) 半熟オムレツ (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(大根・人参) さば塩焼き のり佃煮 ソファールプレーン	味噌汁(玉葱・小松菜) フランクフルト (たまご)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(ふかし・玉葱) 三色いなり(エンドウ) 金山寺味噌 ソファール(レモン)			
昼	タンドリーチキン 添え(エンドウ) トマトのマリネ じゃが海苔塩炒め 手作りチョコプリン	豆乳ロール チョコブラック&ホワイト オムレツトマトソース キャベツサラダ 中華スープ(アスパラ) コーヒー牛乳	かれいの塩焼 添え(隠元グラッセ) ブロッコリーのサラダ 里芋とにんじんの煮付 手作りプリン	塩ラーメン 錦和え(もやし) 手作杏仁豆腐	鶏肉の甘酢照り焼き 添え(オクラ) サウザンドレッシング和え(カリフラワー) アスパラとパプリカのソテー いちごムース	鮭の蒸し焼き 長芋短冊 人参卵炒め 白ようかん	生姜煮(青筋魚) 添え(花豆腐桃) 寒天寄せ いんげんと人参のソテー くず餅風デザート			
夕	赤魚粕漬焼き 添え(ししとう) 納豆 もずくスープ	チーズのセハンバーガー 添え(ブロッコリー) 酢味噌和え(青梗菜) يونقريمホタージュ	かれいの海苔焼きチーズのせ 添え(ブロッコリー) 酢味噌和え(青梗菜) يونقريمホタージュ	チキン南蛮 添え(ピーマンソテー) なめ茸和え(小松菜) さつまいもバター醤油からめ	エビチリ なめ茸和え(小松菜) さつまいもバター醤油からめ	メルルーサのチーズパン粉焼き 添え(Gアスパラ) トマトのサラダ コンソメスープ(玉葱・キャベ)	鶏肉のソースパン粉焼き 添え(Gアスパラ) トマトのサラダ コンソメスープ(玉葱・キャベ)	しいらの漬け焼き 添え(人参グラッセ) 揚げなすの南蛮漬け(冷) たまごスープ	チキンカレー 酢味噌和え(菜の花) 里芋のガーリック炒め	豚と新玉ねぎのかり炒め お浸し(法蓮草) クリーム煮(白菜)

選択食のある日は、左がA献立、右がB献立です。  
都合により献立を変更させて戴く場合があります。