

2025年07月01日(火) ～ 2025年07月15日(火)
常食

献立表

	1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		5日(土)		6日(日)		7日(月)		8日(火)	
朝	味噌汁(茄子・葱) 卵巻ウィンナー 利尻ふりかけ ソファールプレーン		味噌汁(大根・わかめ) やわらからあげのあんかけ(和) (かつお)ふりかけ ソファール(レモン)		味噌汁(あおさ・玉葱) あんべい君(コンソメ) (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン		味噌汁(麩ミツバ) 信田巻き 芽株佃煮 ソファール(レモン)		味噌汁(さつま・わかめ・葱) 三色いなり ゆかり ソファールプレーン		味噌汁(ふかし・玉葱) 赤魚みりん焼き (卵風味)ごはんには合うソース ソファールプレーン		味噌汁(豆腐・あおさ) 白身魚のふんわり天 旅行の友 ソファール(レモン)		味噌汁(茄子・葱) やわらかチキン照焼風 たいみそ ソファールプレーン	
昼	メルルーサの味噌マヨ焼き 添え(人参グラッセ) のり佃煮和え(オクラ) 冬瓜の中華煮 氷室まんじゅう		バターロール チョコブラック&ホワイト ホパイチーズオムレツ 添え(スッキーニソテー) コンソメスープ(アスパラ・コーン) カリフラワーとカニのサラダ		鯖のみぞれ煮 * 棒々鶏サラダ もやし炒め ぶどうムース		* 冷やし中華(ハム) * ニラもやし炒め アンデスメロン		鶏の酒蒸し 添え(青梗菜) ツナ和え(人参) 冬瓜カニあんかけ ようかん		鮭のムニエル 添え(隠元グラッセ) マカロニサラダ (エビ)ポテトグラタン みかんゼリー		ちらし寿司 * わさび和え(おくら) 星のコロッケ(七夕) 七夕デザート(パインゼリー) 2025		かれいの漬け焼き七味がけ 添え(オクラ) チキンサラダ(大根) じゃが海苔塩炒め 手作りほうじ茶プリン	
夕	鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(ブロッコリー) オニオンスープ ツナ和え(人参)	鮭のソテーとろろソースがけ 添え(ブロッコリー) オニオンスープ ツナ和え(人参)	豚肉の黒糖炸め炒め * ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	ほっけのレモンバター醤油ソテー 添え(野菜ソテー) ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	鶏肉チリソースかけ 添え(エンドウ) きゅうりとちくわのミネストローネ和え 茄子オランダ煮	かれいの照り焼き 添え(エンドウ) きゅうりとちくわのミネストローネ和え 茄子オランダ煮	ふくらぎの漬け焼き 添え(オクラ) ナムル(いんげん) ポトフ	鶏肉カレーチャップ炒め * ナムル(いんげん) ポトフ	西京漬け焼き(サゴシ) 添え(エンドウ) カリフラワーとハムのサラダ 高野豆腐卵とじ		牛肉のトマト煮 * わさび和え(菜の花) 明石焼き風		しいらのソテーチーズのせ 添え(ししとう) ごま和え(白菜人参) 南瓜のレモン煮		鶏の塩麴焼 添え(ブロッコリー) ナムル(いんげん) 麻婆春雨	竹輪チーズ磯辺揚げ 添え(ブロッコリー) ナムル(いんげん) 麻婆春雨

	9日(水)		10日(木)		11日(金)		12日(土)		13日(日)		14日(月)		15日(火)			
朝	味噌汁(里芋人参) チキンナゲット 海苔香味ふりかけ ソファール(レモン)		味噌汁(ふかし・ほうれん草) さばみりん焼き (明太風味)ごはんにはうす ソファールプレーン		味噌汁(ジャガイモ・わかめ) チキンスティック (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)		味噌汁(青梗菜・薄揚げ) スクランブルエッグ のり佃煮 ソファールプレーン		味噌汁(あおさ・豆腐) (冷)赤魚みりん焼き (たまご)ふりかけ ソファールプレーン		味噌汁(わかめ・白菜) やわらかあげのあんかけ(和) 金山寺味噌 ソファール(レモン)		味噌汁(ジャガイモ・玉葱) 柳さわら西京焼き 利尻ふりかけ ソファールプレーン			
昼	米粉ロール チョコブラック&ホワイト 鮭ソテー粒マスタードソースがけ 添え(スッキーニソテー) ゆかり和え(小松菜) 冬瓜のコンソメ煮		赤魚のカリパソソテー 添え(ししとう) サラダ(キャベツ・トマト) 煮付け(豆腐人参) 手作りチョコプリン		* 温玉そば * 小松菜のナムル * 白桃ゼリー		鯖の生姜煮 添え(サツマイモ甘煮) カリフラワーサラダ 焼き茄子(温) 抹茶ようかん		ほっけのレモン醤油ソテー 添え(アスパラ) ブロッコリーのサラダ 里芋のガーリック炒め ゴールデンキウイ		鮭の味噌漬け焼き 添え(小松菜) キャベツポン酢和え 南瓜そぼろあんかけ みたらし団子風デザート		豚肉生姜焼き 添え(インゲン) キャベツポン酢和え 茄子オランダ煮 パインムース			
夕	鶏とエンドウのバター醤油焼き * サラダ(レタス・ハブ)カ さつまいものレモン煮	ふくらぎの照り焼き 添え(アスパラ) サラダ(レタス・ハブ)カ さつまいものレモン煮	鶏肉クリームソースがけ * ごま酢和え(モヤシ) 中華スープ(チンゲンサイ・玉葱)	さごしの漬け蒸し焼き 添え(インゲン) ごま酢和え(モヤシ) 中華スープ(チンゲンサイ・玉葱)	おれのムニエルバターソースがけ 添え(人参グラッセ) * ビザロール・カレーロール ささみ和え(オクラ)	鶏のコチュジャンマヨ炒め * ビーナッツ和え(いんげん) 冬瓜のコンソメ煮	鶏の葱塩炒め * 肉団子シチュー * ハニーマスタード和え 菜の花のソテー			鶏の漬焼き(醤油) 添え(ししとう) ツナ和え(人参) 長いものバター炒め		魚のパン粉焼き(シイラ) 添え(エンドウ) ほうれん草ナムル コーンクリームポタージュ	大分風鶏天 添え(エンドウ) ほうれん草ナムル コーンクリームポタージュ			

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。