

掲示用献立表

極軟菜食（Ａメニュー）

日付	2025年07月01日(火)	2025年07月02日(水)	2025年07月03日(木)	2025年07月04日(金)	2025年07月05日(土)	2025年07月06日(日)	2025年07月07日(月)	2025年07月08日(火)
朝食	全粥 味噌汁(茄子・葱) 卵卷ウィンナー 利尻ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(大根・わかめ) 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)	全粥 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	全粥 味噌汁(麩ミツハ) 信田巻き 芽株佃煮 ソファール(レモン)	全粥 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	全粥 味噌汁(ふかし・玉葱) 赤魚みりん焼き (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(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)	全粥 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
昼食	全粥 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 やわらか団子(ヨモギ)	全粥 * ポパイチーズオムレツ 添え(ズッキーニソテー) 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 豆乳プリン	全粥 鯖のみぞれ煮 * 棒々鶏サラダ もやし炒め ぶどうムース	全粥 鶏のムニエル 添え(ほうれん草) 練りピーナッツ和え(人参) ニラもやし炒め アンデスメロン	全粥 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	全粥 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	全粥 チキンソテーオニオンソースがけ 添え(モヤシ) わさび和え(おくら) 冬瓜くず煮 セタデザート(パインゼリー)2025	全粥 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
夕食	全粥 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)	全粥 鶏肉の黒糖酢炒め * ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	全粥 鶏肉チリソースかけ 添え(エンドウ) 人参とちくわのマヨネーズ和え 茄子オランダ煮	全粥 ふくらぎの漬け焼き 添え(オクラ) ナムル(いんげん) ポトフ	全粥 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	全粥 鶏肉のトマト煮 * わさび和え(菜の花) 明石焼き風	全粥 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	全粥 鶏の塩麴焼 添え(ブロッコリー) ナムル(いんげん) 麻婆春雨
一日合計								
日付	2025年07月09日(水)	2025年07月10日(木)	2025年07月11日(金)	2025年07月12日(土)	2025年07月13日(日)	2025年07月14日(月)	2025年07月15日(火)	
朝食	全粥 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)	全粥 味噌汁(ふかし・ほうれん草) さばみりん焼き (明太風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン	全粥 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)	全粥 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	全粥 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	全粥 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)	全粥 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	
昼食	全粥 * 鮭ソテー粒マスタードソースがけ 添え(ズッキーニソテー) ゆかり和え(小松菜) 冬瓜のコンソメ煮 みかんゼリー	全粥 赤魚のガリバタソテー 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	全粥 鶏肉のBBQソースがらめ 添え(アスパラ) 小松菜のナムル そば汁 白桃ゼリー	全粥 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	全粥 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 ゴールドンキウイ	全粥 鮭の味噌漬け焼き 添え(小松菜) 大根のマリネ 南瓜そぼろあんかけ みたらし団子風デザート	全粥 鶏の生姜焼き 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	
夕食	全粥 鶏とエンドウのバター醤油焼き * サラダ(レタス・パプリカ) さつまいものレモン煮	全粥 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)	全粥 カレイのムニエルバター・ホーン酢がけ 添え(人参グラッセ) ブロッコリーのコンソメ煮 ささみ和え(オクラ)	全粥 鶏の葱塩炒め * 練りピーナッツ和え(いんげん) 冬瓜のコンソメ煮	全粥 肉団子シチュー * ハニーマスタード和え 菜の花のソテー	全粥 鶏の漬焼き(醤油) 添え(ししとう) ツナ和え(人参) ズッキーニのソテー	全粥 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	
一日合計								