

2025年07月16日(水) ～ 2025年07月31日(木)
常食

献立表

	16日(水)		17日(木)		18日(金)		19日(土)		20日(日)		21日(月)		22日(火)		23日(水)	
朝	味噌汁(薄揚げ・冬瓜) 大豆の豆乳クリーム煮 (かつお)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(麩・白菜) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(人参サツマ揚げ) ウィンナーソーテ 芽株佃煮 ソファール(元気)		味噌汁(南瓜・油揚げ) さばみりん焼き ゆかり ソファール(元気)		味噌汁(ワカメ・麩) やわらからあげのあんかけ(洋) (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)		味噌汁(白菜人参) 三色いなり(キャベツ) 旅行の友 ソファール(元気)		味噌汁(サツマイモ・葱) スクランブルエッグ たいみそ ソファール(元気)		味噌汁(里芋・ふかし) 信田巻き 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)	
昼	黒糖ロール マービージャム(いちご) 鶏の黒胡椒ダレ 添え(カリフラワー) ピーマンコンソメ炒め さつま芋ヨーグルトサラダ		鶏の味噌マスタードがけ 添え(ミックスベジ) のり佃和え(青梗菜) アスパラソーテ 手作りいちごプリン		* 和風スパゲティ * 小松菜の和え物 * パナナ		レモンチキン 添え(Gアスパラ) ピーナッツ和え(人参) ブロッコリーのコンソメ煮 オレンジ		鮭の味噌漬焼き 添え(オクラ) 胡麻豆腐(ごまドレ) えんどう卵炒め 栗ようかん		カレイおろし煮 * ゴボウサラダ 菜の花バター炒め やわらか団子(黒ごま)		鶏の漬焼き 添え(ししとう) 粒マスタードのキャロットラベ ジャガイモのそぼろあんかけ メロンムース		* サンドイッチ(ハム、タマゴ) * ブロッコリーのサラダ 中華スープ(ミックスベジ) ジョア(ストロベリー)	
タ	メルルーサの漬け焼き 添え(人参ソーテ) 黒ごま和え(菜の花) 清し汁(豆腐・水菜)	鶏の治部煮 * 黒ごま和え(菜の花) 清し汁(豆腐・水菜)	太刀魚の塩焼き 添え(野菜ソーテ) わさび和え(おくら) 高野豆腐卵とじ	焼き肉 * わさび和え(おくら) 高野豆腐卵とじ	ほっけの磯辺焼き 添え(エンドウ) ささみ和え(モヤシ) 肉味噌かけ(里芋)	豚肉の味噌漬け焼き 添え(エンドウ) ささみ和え(モヤシ) 肉味噌かけ(里芋)	うな丼 * お浸し(法蓮草) 清汁(豆腐ミソハ)		鶏の漬け焼き七味がけ 添え(小松菜) なすの南蛮漬け(冷) オニオンスープ		焼き餃子 添え(モヤシ) 青梗菜ナムル 野菜のチーズマヨ焼き		メルルーサフライ 添え(スッキーニソーテ) パプリカのマリネ ほうれんそうのソーテ	豚しゃぶしゃぶ(温)ごま和えがけ * パプリカのマリネ ほうれんそうのソーテ	鮭のオイル蒸し * サラダ 含め煮(豆腐・鰾元)	青梗菜(チンジャオロース) * サラダ 含め煮(豆腐・鰾元)

	24日(木)		25日(金)		26日(土)		27日(日)		28日(月)		29日(火)		30日(水)		31日(木)	
朝	味噌汁(大根油揚げ) フランクフルト (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)		味噌汁(南瓜・玉葱) やわらからあげのあんかけ(和) (のりごま)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(白菜人参) 白身魚のふんわり天 のり佃煮 ソファール(元気)		味噌汁(里芋・あおさ海苔) 大豆の豆乳クリーム煮 (たまご)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(きやべつ・大根) 信田巻き 金山寺味噌 ソファール(元気)		味噌汁(ワカメ・さつまいも) 半熟オムレツ 利尻ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(さつま揚げ・小松菜) あんぺい君(コンソメ) (かつお)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(茄子・生揚げ) 卵巻ウィンナー (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)	
昼	わかめご飯 ほっけの塩焼き 添え(小松菜) 錦和え(もやし) アスパラベーコン炒め 白ようかん		* (冷)梅おろしうどん * * 青梗菜とエリンギの炒め物 西瓜		はちみつ照り焼きチキン 添え(インゲン) ゆかり和え(法蓮草) 錦糸えびしんじょう パナナ		ほっけの漬け焼き 添え(エンドウ) 梅菜和え(白菜) 煮付け(麩、人参) 白ようかん		豚肉の山椒漬け焼き 添え(野菜ソーテ) のり佃和え(青梗菜) 中華スープ(豆腐・水菜) あんころ餅風デザート		バジルチキン 添え(ミックスベジ) トマトのサラダ オニオンスープ マスカットゼリー		惣菜ハン(ヤキソバ、フランク) * * ブロッコリーのサラダ コーンクリームポタージュ 飲む野菜と果実 グレープ		かれのいの塩焼 添え(青梗菜) カリフラワーとカニのサラダ 南瓜のレモン煮 手作りほうじ茶プリン	
タ	ビーフカレー * カリフラワーサラダ スナップエンドウのバター炒め	煮魚(しいら) 添え(人参甘煮) カリフラワーサラダ スナップエンドウのバター炒め	蒸し鶏 ネギ塩しモン 添え(小松菜) ピーマンの塩昆布和え 卵のコンソメスープ	すずきのムニエル和風あんかけ 添え(小松菜) ピーマンの塩昆布和え 卵のコンソメスープ	煮魚(赤魚) 添え(サツマイモ甘煮) 卵豆腐 清し汁(麩・三つ葉)		鶏丼 温泉卵 ツナ和え(小松菜) 清し汁(三つ葉・蒲鉾)		(巡回食)助六寿司(サラダ巻) モヤシ辛子マヨ和え 煮付け(南瓜)		しいらの漬け焼き 添え(ししとう) パプリカのマリネ 白菜のコンソメ煮	鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(キャベツ) お浸し(法蓮草) 人参卵炒め	竹輪チーズ磯辺揚げ 添え(キャベツ) お浸し(法蓮草) 人参卵炒め	豚の角煮 添え(キャベツ) お浸し(法蓮草) 人参卵炒め	肉じゃが * 錦和え(もやし) ピーマンとちくわの味噌炒め	白身魚の中華蒸し * 錦和え(もやし) ピーマンとちくわの味噌炒め

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。