

2025年09月01日(月) ～ 2025年09月15日(月)
常食

献立表

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)
朝	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(元氣)	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(元氣)	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(元氣)	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(元氣)	味噌汁(ジャガイモ・ワカメ) チキンスティック (のりごま)ふりかけ ソファール(元氣)	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(元氣)	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(元氣)	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(元氣)
昼	鶏の塩麹焼 添え(ブロッコリー) ナムル(いんげん) アスパラとエビのソテー バナナムース	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	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) ピーナッツ和え(小松菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮	赤魚のカリパタソテー 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	* 鶏南蛮うどん * 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(Gアスパラ) ブロッコリーのサラダ 里芋のガーリック炒め 柿	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
タ	しいらのソテーチーズのせ 添え(ししとう) 味噌マヨ和え(もやし) 南瓜そぼろあんかけ	豚肉のソテーオニオンソースがけ 添え(Gアスパラ) * 胡麻豆腐(醤油) 麻婆春雨	鶏とエンドウのバター醤油焼き * サラダ(レタス・ハッフリカ) さつまいものレモン煮	鶏肉クリームソースがけ * わさび和え(おくら) 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(人参・蒸し) わさび和え(おくら) 中華スープ(チンゲンサイ・玉葱)	たらのミニおバターキン酢がけ 添え(エンドウ) * ごま和え(白菜人参) ピザロール・カレーロール	鶏のコチュジャンマヨ炒め * ピーナッツ和え(いんげん) 冬瓜のコンソメ煮	肉団子シチュー * ハニーマスタード和え 菜の花のソテー

	9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)		13日(土)		14日(日)		15日(月)		
朝	味噌汁(ジャガイモ・玉葱) 柳さわら西京焼き 利尻ふりかけ ソフール(元気)		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 ソフール(元気)		味噌汁(麩・白菜) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(人参サツマ揚げ) ウィンナーソテー 芽株佃煮 ソフール(元気)		味噌汁(南瓜・油揚げ) さばみりん焼き ゆかり ソフール(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 ソフール(元気)		
昼	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		黒糖ロール チョコブラック&ホワイト 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) アスパラソテー 手作りいちごプリン		* 塩ラーメン * 小松菜の和え物 * バナナ		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)		
タ	カレイのはす蒸し * ほうれん草ナムル 味噌汁(ふかし・三つ葉)	焼き肉 * ほうれん草ナムル 味噌汁(ふかし・三つ葉)	メルルーサの漬け焼き 添え(人参ソテー) * 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(スッキーニソテー) わさび佃和え(おくら) 茶碗蒸し	大分風鶏天 添え(スッキーニソテー) わさび佃和え(おくら) 茶碗蒸し	ほっけの磯辺焼き 添え(エンドウ) ささみ佃和え(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) ささみ佃和え(モヤシ) 肉味噌かけ(里芋)	赤魚粕漬け焼き 添え(インゲン) カリフラワーサラダ 煮付け(ふかし、冬瓜)		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		

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。