

掲示用献立表

極軟菜食（Ａメニュー）

日付	2025年09月01日(月)	2025年09月02日(火)	2025年09月03日(水)	2025年09月04日(木)	2025年09月05日(金)	2025年09月06日(土)	2025年09月07日(日)	2025年09月08日(月)
朝食	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(元気)	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(元気)	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(元気)	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(元気)	全粥 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(元気)	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(元気)	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(元気)	全粥 味噌汁(わかめ・白菜) やわらからあげのあんかけ(和) 金山寺味噌 ソファール(元気)
昼食	全粥 鶏の塩麹焼 添え(ブロッコリー) ナムル(いんげん) アスパラとコーンのソテー バナナムース	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	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) 練りピーナッツ和え(小松菜) 冬瓜とベーコンの咖喱煮 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(Gアスパラ) 小松菜のナムル うどん汁 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(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 マスカットゼリー	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
夕食	全粥 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	全粥 鶏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	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 * わさび和え(おくら) 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・ボン酢がけ 添え(エンドウ) ごま和え(白菜人参) うどん汁 ブロッコリーのコンソメ煮	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
一日合計								
日付	2025年09月09日(火)	2025年09月10日(水)	2025年09月11日(木)	2025年09月12日(金)	2025年09月13日(土)	2025年09月14日(日)	2025年09月15日(月)	
朝食	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(元気)	全粥 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)	全粥 味噌汁(麩・白菜) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(人参サツマ揚げ) ウィンナーソテー 芽株佃煮 ソファール(元気)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	
昼食	全粥 鶏の生姜焼き 添え(インゲン) キャベツ・ボン酢和え 茄子オランダ煮 パインムース	全粥 * 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 白桃ゼリー	全粥 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	全粥 鶏肉照り焼き 添え(ししとう) 小松菜の和え物 醤油スープ バナナ	全粥 レモンチキン 添え(Gアスパラ) 練りピーナッツ和え(人参) ブロッコリーのコンソメ煮 オレンジ	全粥 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	全粥 カレイおろし煮 * ドレッシング和え(カリフラワー・人参) 菜の花バター炒め やわらか団子(黒ごま)	
夕食	全粥 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)	全粥 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)	全粥 太刀魚の塩焼き 添え(ズッキーニソテー) わさび和え(おくら) 茶碗蒸し	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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	全粥 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	
一日合計								