

2025年09月16日(火) ～ 2025年09月30日(火)
常食

献立表

	16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		20日(土)		21日(日)		22日(月)		23日(火)	
朝	味噌汁(サツマイ・葱) スクランブルエッグ たいみそ ソファール(元氣)		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(元氣)		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(元氣)		味噌汁(南瓜・玉葱) やわらかからあげのあんかけ(和) (のりごま)ふりかけ ソファール(元氣)		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(元氣)		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(元氣)		味噌汁(きゃべつ・大根) 信田巻き 金山寺味噌 ソファール(元氣)		味噌汁(カマ・さつまいも) 半熟オムレツ 利尻ふりかけ ソファール(元氣)	
昼	鶏の漬焼き 添え(ししとう) 粒マスタードのキャロットラペ 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、たまご) * ブロッコリーのサラダ 中華スープ(ミックスベジ) コーヒーマル		かおりご飯 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		* あんかけ焼きそば * 菜めし和え(大根) * 梨		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 バナナ		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) 芋ようかん		豚肉の山椒漬け焼き 添え(野菜ソテー) 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	
タ	メルルーフライ 添え(スッキーニソー) パブリカのマリネ ほうれんそうのソテー	* ほうれんそうのソテー	鮭のオイル蒸し * サラダ 含め煮(豆腐・隠元)	青梗肉桂(チンジャオロース) * サラダ 含め煮(豆腐・隠元)	キーマカレー * カリフラワーサラダ スタップエンドウのバター炒め	鯖の梅しソースかけ 添え(人参甘煮) カリフラワーサラダ スタ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) ビ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) ビーマンの塩昆布和え 卵のコンソメスープ	赤魚の塩麹焼 添え(サツマイモ甘煮) 卵豆腐 清し汁(麩・葱)		鶏井 温泉卵 ツナ和え(小松菜) 清し汁(三つ葉・蒲鉾)		鯖のイタリア風 添え(オクラ) 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) パブリカのマリネ 白菜のコンソメ煮	

	24日(水)		25日(木)		26日(金)		27日(土)		28日(日)		29日(月)		30日(火)			
朝	味噌汁(さつま揚げ・小松菜) あんべい君(コンソメ) (かつお)ふりかけ ソファール(元氣)		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(元氣)		味噌汁(うずまき麩・里芋) 大豆と野菜のカレー煮 芽株佃煮 ソファール(元氣)		味噌汁(冬瓜・人参) 肉詰めいなり(小松菜) ゆかり ソファール(元氣)		味噌汁(青梗菜・うす揚げ) 大豆の豆乳クリーム煮 (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元氣)		味噌汁(もやし・葱) フランクフルト 旅行の友 ソファール(元氣)		味噌汁(さつまいも・わかめ) やわらかチキン照焼風 たいみそ ソファール(元氣)			
昼	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		梅菜飯ご飯 かれいの塩焼 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		* スパゲティ(ミートソース) * 黒ごま和え(オクラ) * ようかん		西京漬け焼き(シイラ) 添え(Gアスパラ) ピーナッツ和え(いんげん) ジャガイモのそぼろあんかけ いちごムース		鶏肉と麩のブルコギ風 * 冷奴 ほうれんそうソテー バナナ		鶏肉のBBQソースがらめ 添え(ししとう) お浸し(菜の花) 大根とエビのあんかけ くず餅風デザート		スズキの照り焼き 添え(人参甘煮) 春雨サラダ 野菜のコンソメ蒸し 梨			
タ	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) ビ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) ビーマンとちくわの味噌炒め	お好み焼き風オムレツ 添え(ししとう) 辛子和え(菜の花) 味噌汁(ふかし、葱)	サーモンパン粉焼き 添え(ししとう) 辛子和え(菜の花) 味噌汁(ふかし、葱)	鶏の黒胡椒ダレ 添え(ブロッコリー) 菜めし和え(大根) ミルクスープ(ミックスベジタブル)		鶏ソテー粒マスタードソースかけ 添え(人参グラッセ) ビーマンの塩昆布和え 茄子オランダ煮		炒飯 添え(オクラ) ブロッコリーサラダ 人参卵炒め		鶏とアスパラのオニオン炒め * 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(南瓜)	赤魚のパン粉焼 添え(Gアスパラ) 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(南瓜)		

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。