

2025年10月01日(水) ～ 2025年10月15日(水)
常食

献立表

	1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)		5日(日)		6日(月)		7日(火)		8日(水)	
朝	味噌汁(なす・玉葱) あんぺい君(コンソメ) 海苔香味ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(大根・さつま揚げ) 半熟オムレツ (明太風味)ごはんに合うソース ソフール(元気)		味噌汁(小松菜・うずまき麩) チキンスティック (のりごま)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(卵・うず揚げ) さばみりん焼き のり佃煮 ソフール(元気)		味噌汁(麩・モヤシ) 三色いなり (たまご)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(青梗菜・里芋) 柳さわら西京焼き 金山寺味噌 ソフール(元気)		味噌汁(白菜・豆腐) あんぺい君(コンソメ) 利尻ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(あおさ海苔・玉葱) やわらからあげのあんかけ(和) (かつお)ふりかけ ソフール(元気)	
昼	レーズンロール ホークソテーアップルソース漬け焼き ソテー(ミックスベジ) マカロニサラダ 玉子スープ マスカットゼリー		鶏とキャベツのうま煮 * カリフラワーとカニのドレッシング*サラダ わかめと人参のスープ オレンジムース		* 肉そば * わさび和え(菜の花) * 梨		シイラの味噌漬け焼き 添え(ししとう) ナムル(いんげん) パプリカとコーンのバターソテー 抹茶ようかん		メルルーサのカレームニエル 添え(キャベツ)(ソテー) 大根のマリネ オニオンスープ やわらか団子(ヨモギ)		鮭の塩麹焼 添え(パプリカソテー) お浸し(法蓮草) クリーム煮(冬瓜) 月見デザート(2025)		レモンチキン 添え(Gアスパラ) トマトとアボカドのドレッシング*がけ コンソメスープ(じゃが) 手作りプリン		* サンドイッチ(ツナ、タマコ) * ブロッコリーサラダ コーンクリームポタージュ 飲む野菜と果実 ピーチ味	
タ	シイラのムニエル野菜みぞれあん * ゆかり和え(法蓮草) れんこんきんぴら	ポークチャップ * ゆかり和え(法蓮草) れんこんきんぴら	鯖のゴマ味噌がけ 添え(葱) ツナ和え(大根) 青梗菜とエビの炒め物	豚肉の山椒漬け焼き 添え(葱) ツナ和え(大根) 青梗菜とエビの炒め物	カレイの磯辺焼き 添え(黄パプリカソテー) * オクラのおかか和え 煮付け(高野・里芋)	豚肉ときくらげの卵炒め * オクラのおかか和え 煮付け(高野・里芋)	鶏肉のさっぱり煮 添え(人参甘煮) 卵豆腐 小松菜とちくわの中巻炒め		豚肉生姜焼 添え(エンドウ) ドレッシング和え(ブロッコリー) コンソメスープ(ミックスベジ)		蒸し鶏 梅肉ソース 添え(オクラ) いんげんのツナ和え 清し汁(三つ葉ふかし)		海老フリッター 添え(ししとう) カリフラワーサラダ 卵炒め(キャベツ・ピーコン)	豚の塩麹漬け焼き 添え(ししとう) カリフラワーサラダ 卵炒め(キャベツ・ピーコン)	鰯のバター醤油焼き 添え(エンドウ) ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)	鶏の塩だれがけ 添え(エンドウ) ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)

	9日(木)		10日(金)		11日(土)		12日(日)		13日(月)		14日(火)		15日(水)			
朝	味噌汁(さつまいも・葱) さば塩焼き (たらこ)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(冬瓜・ほうれん草) フランクフルト 芽株佃煮 ソフール(元気)		味噌汁(わかめ・うずまき麩) スクランブルエッグ ゆかり ソフール(元気)		味噌汁(茄子・小松菜) やわらかチキン照焼風 (卵風味)ごはんに合うソース ソフール(元気)		味噌汁(さつま揚げ・大根) 信田巻き 旅行の友 ソフール(元気)		味噌汁(ふかし・白菜) 柳さわら西京焼き たいみそ ソフール(元気)		味噌汁(里芋・玉葱) ウィンナーソテー 海苔香味ふりかけ ソフール(元気)			
昼	鶏と玉葱のボン酢炒め * ゴマ和え(小松菜) 清し汁(麩) いちごムース		* きつねうどん(温) * ナムル(いんげん) * 白ようかん		車麩卵とじ * 胡麻豆腐(醤油) ほうれん草とコーンの中華炒め 柿		シイラのムニエルオニオンソースがけ 添え(人参グラッセ) 辛子和え(オクラ) あんかけ豆腐 芋ようかん		豆腐ハンバーグ和風ソース 添え(インゲン) わさび和え(菜の花) クリーム煮(冬瓜) りんご		タンドリーチキン 添え(エンドウ) トマトのマリネ じゃが海苔塩炒め 手作りチョコプリン		豆乳ロール チョコブラック&ホワイト オムレツ(デミグラスソース) キャベツサラダ 中華スープ(アスパラ) ジョア(ブルーベリー)			
タ	赤魚のおろし煮 添え(花豆腐黄) ゆかり和え(白菜) ピーマンコンソメ炒め	ミートソースグラタン * ゆかり和え(白菜) ピーマンコンソメ炒め	白身魚のガリバタソテー 添え(Gアスパラ) レタスサラダ 南瓜のレモン煮	豚キムチ * レタスサラダ 南瓜のレモン煮	チキンのブラウンシチュー * ピーナッツ和え(いんげん) きのこソテー		鶏肉の韓国風ソースがらめ 添え(葱) マヨネーズ和え(ブロッコリー) かぶのコンソメ煮		鮭の漬け焼き 添え(ピーマンソテー) カリフラワーとカニのサラダ コンソメスープ(ミックスベジ)		赤魚粕漬け焼き 添え(ししとう) 納豆 春雨スープ	鶏肉の焼き浸し * 納豆 春雨スープ	スズキの生姜醤油焼き 添え(ブロッコリー) 黒ごま和え(青梗菜) コーンクリームポタージュ	豆腐の肉巻き 添え(ブロッコリー) 黒ごま和え(青梗菜) コーンクリームポタージュ		

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。