掲示用献立表

まとまりマッシュ(重軟) (Aメニュー)

日付	2025年10月01日(水)	2025年10月02日(木)	2025年10月03日(金)	2025年10月04日(土)	2025年10月05日(日)	2025年10月06日(月)	2025年10月07日(火)	2025年10月08日(水)
朝食	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g
昼食	軟飯180g 鯖のイタリア風 きやべつの中華和え يونكريمポタージュ 手作りりんごプリン	軟飯180g ホークソテー アップルソース いんげんごま和え ひじき煮 ココアムース	軟飯180g 鶏肉のガーリックソテー カリフラワーとハム中華和え ブロッコリーのコンソメ煮 白ぶどうヨーグルト	軟飯180g カレイみりん焼き 胡麻豆腐 野菜の和風トマト煮 白ようかん	軟飯180g 鯖のつけ蒸し焼き 焼き茄子 キャベツのミルク煮 メロンムース	軟飯180g 鶏の塩麹焼 菜の花マヨ和え 豆腐たらこあんかけ 月見デザート(2025)	軟飯180g レモンチキン 法蓮草のツナ和え يونكريمポタージュ オレンジヨーグルト	軟飯180g スキのトマトソテー パプリカハニーマスタード和え アスパラソテー 手作りいちごプリン
夕食	軟飯180g 鶏の赤みそ照焼 おくらなめ茸和え ほうれん草の煮浸し	軟飯180g シイラのみぞれ煮 白菜ドレッシング和え 海老入り茶碗蒸し	軟飯180g 鮭の味噌マヨ焼 キャベツフレンチサラダ 切り干し煮	軟飯180g お好み焼き風オムレツ オクラ黒胡麻和え じゃが芋とベーコンのソテー	軟飯180g 焼き肉風 白菜なめ茸和え 大学芋風	軟飯180g シーフードカレー いんげん黒胡麻和え ビーマンコンソメ炒め	軟飯180g シイラのチリソースかけ キャベツゆかり和え さつま芋バター醤油からめ	軟飯180g 松風焼き エビとブロッコリーオーロラ和え 白菜のコンソメ煮
一日合計								
日付	2025年10月09日(木)	2025年10月10日(金)	2025年10月11日(土)	2025年10月12日(日)	2025年10月13日(月)	2025年10月14日(火)	2025年10月15日(水)	
朝食	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	
昼食	軟飯180g 親子煮 オクラ海苔和え 菜の花のガーリックソテー みたらし団子風デザート	軟飯180g ハンバーグおろしポン酢 小松菜ごま和え さつま芋レモン煮 桃ヨーグルト	軟飯180g 鶏肉クリームソースがけ シーザードレッシング和え たこの甘辛煮 やわらか団子(サク)	軟飯180g ポークチャップ インゲンのピーナッツ和え 南瓜のチーズソテー いちごムース	軟飯180g 餃子のスープ煮 ほうれん草ツナサラダ キノコのソテー リンゴミキサー	軟飯180g チキントマトカレー煮 フレンチサラダ アスパラとエビのソテー オレンジヨーグルト	軟飯180g チーズオムレツ カリフラワー青じそサラダ يونكريمポタージュ 手作りマンゴープリン	
夕食	軟飯180g 鮭ソテーとろろソース ブロッコリーのサウサンサラダ いんげん煮付け	軟飯180g 赤魚の中華蒸し キャベツフレンチサラダ 源平煮	軟飯180g さごし西京焼き 白菜の胡麻サラダ きんぴらごぼう	軟飯180g しいらの香味だれがけ カリフラワー青じそサラダ 冬瓜コンソメ煮	軟飯180g 赤魚のガーリックソテー オクラなめ茸和え 湯豆腐(ポン酢)	軟飯180g 鯖の味噌煮 ゆかり和え 茄子オランダ煮	軟飯180g ハニーマスタードサーモン もやしナムル じゃがいも煮味噌煮	
一日合計								