2025年10月16日(木) ～ 2025年10月31日(金)
常食

献立表

	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)
朝	味噌汁(南瓜・人参) 赤魚みりん焼き (明太風味)ごはんに合うソース ソフール(元気)	味噌汁(ほうれん草・薄揚げ) 半熟オムレツ (のりごま)ふりかけ ソフール(元気)	味噌汁(大根・人参) さば塩焼き のり佃煮 ソフール(元気)	味噌汁(玉葱・小松菜) フランクフルト (たまご)ふりかけ ソフール(元気)	味噌汁(ふかし・玉葱) 三色いなり(エンドウ) 金山寺味噌 ソフール(元気)	味噌汁(茄子・葱) 卵巻ウィンナー 利尻ふりかけ ソフール(元気)	味噌汁(大根・わかめ) 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)	味噌汁(あおさ・玉葱) あんぺい君(コンソメ) (たらこ)ふりかけ ソフール(元気)
昼	かれいの塩焼 添え(隠元グラッセ) ブロッコリーのサラダ 里芋とにんじんの煮付 手作りプリン	＊ 塩ラーメン ＊ 卵豆腐 ＊ くず餅風デザート	鶏肉の甘酢照り焼き 添え(オクラ) ドレッシング和え(カリフラワー) アスパラとパプリカのソテー いちごムース	鮭の蒸し焼き ＊ 長芋短冊 南瓜のレモン煮 抹茶ようかん	煮魚(青箭魚) 添え(花豆腐桃) のり佃煮和え(オクラ) いんげんと人参のソテー ココアムース	メルルーサの味噌マヨ焼き 添え(人参グラッセ) 寒天寄せ(えび) 冬瓜の中華煮 梨	バターロール チョコブラック&ホワイト ポパイチーズオムレツ 添え(ズッキーニソテー) コンソメスープ(アスパラ・コーン) カリフラワーとカニのサラダ	鯖のみぞれ煮 ＊ 棒々鶏サラダ もやし炒め ぶどうムース
夕	梅しそ巻とんかつ 添え(ピーマンソテー) なめ茸和え(小松菜) さつまいもバター醤油からめ	白身魚の香味ダレかけ 添え(ししとう) トマトのサラダ コンソメスープ(人参・キャベ)	しいらの漬け焼き 添え(人参グラッセ) なすの南蛮漬け(冷) たまごスープ	チキンカレー ＊ 酢味噌和え(菜の花) 里芋のガーリック炒め	鶏の漬け焼き七味がけ 添え(ししとう) もやし塩昆布和え ほうれんそうソテー	鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(ブロッコリー) オニオンスープ ツナ和え(人参)	豚肉の黒糖酢炒め ＊ ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	鶏肉チリソースかけ 添え(エンドウ) きゅうりとちくわのさっぱり和え ミルクスープ(ミックスベジ)
	だし巻き玉子 添え(卸し) なめ茸和え(小松菜) さつまいもバター醤油からめ	鶏とアスパラのバター醤油焼き ＊ トマトのサラダ コンソメスープ(人参・キャベ)				赤魚のおろし煮 添え(ブロッコリー) オニオンスープ ツナ和え(人参)	ほっけのレモンバター醤油ソテー 添え(野菜ソテー) ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	かれいの照り焼き 添え(エンドウ) きゅうりとちくわのさっぱり和え ミルクスープ(ミックスベジ)

	24日(金)	25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
朝	味噌汁(麩ミツバ) 信田巻き 芽株佃煮 ソフール(元気)	味噌汁(さつま・わかめ・葱) 三色いなり(白菜) ゆかり ソフール(元気)	味噌汁(ふかし・玉葱) 赤魚みりん焼き (卵風味)ごはんに合うソース ソフール(元気)	味噌汁(豆腐・あおさ) 白身魚のふんわり天 旅行の友 ソフール(元気)	味噌汁(茄子・葱) やわらかチキン照焼風 たいみそ ソフール(元気)	味噌汁(里芋人参) チキンナゲット 海苔香味ふりかけ ソフール(元気)	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 ソフール(元気)	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 ソフール(元気)
昼	＊ 焼きそば ＊ 梅菜和え(ほうれん草) ＊ みたらし団子風デザート	鶏の酒蒸し 添え(青梗菜) ツナ和え(人参) 冬瓜カニあんかけ ようかん	鮭のムニエル 添え(隠元グラッセ) マカロニサラダ (エビ)ポテトグラタン りんご	鶏の塩麹焼 添え(人参グラッセ) 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(ズッキーニソテー) ゆかり和え(小松菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮	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	＊ 和風スパゲティ ＊ カリフラワーサラダ ＊ 白桃ゼリー
夕	ふくらぎの漬け焼き 添え(オクラ) ナムル(いんげん) ポトフ	西京漬け焼き(サゴシ) 添え(Gアスパラ) カリフラワーとハムのサラダ 高野豆腐卵とじ	牛肉のトマト煮 ＊ わさび和え(菜の花) たこ焼き	にぎり寿司 ＊ 錦和え(小松菜) 赤だし(白菜・わかめ)	豚肉のソテーオニオンソースがけ 添え(エンドウ) 味噌マヨ和え(もやし) 麻婆春雨	焼き鳥(ねぎま)風 ＊ サラダ(レタス・パプリカ) 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)	パンプキンオムレツ 添え(Gアスパラ) キャベツと人参の彩りラペ 星のコロッケ ハロウィンデザート2025
	鶏肉カレーチャップ炒め ＊ ナムル(いんげん) ポトフ				鯖の塩麹揚げ 添え(エンドウ) 味噌マヨ和え(もやし) 麻婆春雨	えび玉あんかけ ＊ サラダ(レタス・パプリカ) さつまいものレモン煮	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)	カレイのムニエル 添え(Gアスパラ) キャベツと人参の彩りラペ 星のコロッケ ハロウィンデザート2025

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。