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16日(木)	2025年10月17日(金)	2025年10月18日(土)	2025年10月19日(日)	2025年10月20日(月)	2025年10月21日(火)	2025年10月22日(水)	2025年10月23日(木)
朝食	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	ハン粥(イチゴ)300g
昼食	軟飯180g すずき煮魚 ホウレンソウ胡麻和え ブロッコリーのコンソメ煮 バナナムース	軟飯180g 豚のオイスター炒め サウザンサラダ 豆腐の卵とじ 桃ヨーグルト	軟飯180g とり野菜味噌 青梗菜海苔和え 湯葉の煮物 栗ようかん	軟飯180g 鯖のソース焼き 小松菜のお浸し カリフラワーの和風トマト煮 りんごムース	軟飯180g 回鍋肉 冷奴(ごまダレ) 筍の中華煮 キウイミキサー	軟飯180g レモンチキン キャベツフレンチサラダ 大学芋風 りんごヨーグルト	軟飯180g 鶏のクリーム煮 白菜ゆかり和え يونكريمポタージュ 手作りチョコプリン	軟飯180g 赤魚粕漬け焼き ツナ和え(菜の花) ゴボウの味噌煮 くず餅風デザート
夕食	軟飯180g 肉団子の甘酢あん キャベツ海苔和え さつまいもレモン煮	軟飯180g しいらバター醤油ソテー パプリカとキノコのマリネ 南瓜いとこ煮	軟飯180g かニ玉あんかけ 菜の花胡麻マヨ和え アスパラとイカの塩炒め	軟飯180g チキンカレー キャベツ青じそサラダ いんげん煮付け	軟飯180g サゴン煮魚 オクラツナ和え ごぼうとブロッコリーのオイスター炒め	軟飯180g しいらのおろしタマネギ漬焼 いんげん黒胡麻和え 茄子の味噌炒め	軟飯180g カレイ海苔チーズ焼き 法蓮草練りピーナッツ和え キノコのコンソメ煮	軟飯180g 鶏肉ソース焼き 豆腐とトマトサラダ キャベツの中華煮
一日合計								
日付	2025年10月24日(金)	2025年10月25日(土)	2025年10月26日(日)	2025年10月27日(月)	2025年10月28日(火)	2025年10月29日(水)	2025年10月30日(木)	2025年10月31日(金)
朝食	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	ハン粥(イチゴ)300g
昼食	軟飯180g オムレットミグラスソース キャベツのサウザンサラダ じゃが芋コンソメ煮 白ぶどうヨーグルト	軟飯180g しいら西京焼き もやしの梅ナムル 南瓜いとこ煮 ようかん	軟飯180g すき焼き風煮 オクラツナ和え じゃがいものたらこ煮 バナナムース	軟飯180g カレイみりん焼き ブロッコリーサウザンサラダ 里芋の胡麻味噌煮 洋梨ミキサー	軟飯180g えび玉あんかけ キャベツと竹輪の胡麻和え 人参ごぼうカレー炒め りんごヨーグルト	軟飯180g 鯖のイタリア風 きやべつ中華和え يونكريمポタージュ 手作杏仁豆腐	軟飯180g ポークソテーアップルソース いんげんごま和え ひじき煮 ストロベリームース	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
夕食	軟飯180g 豚の葱塩タレ 白菜なめ苺和え 里芋味噌煮	軟飯180g ハヤシライス パプリカと玉葱のマリネ ほうれん草の豆乳煮	軟飯180g 鮭のクリーム煮 アスパラ味噌マヨ和え カリフラワーコンソメ煮	軟飯180g 豚の生姜焼おろし玉葱ソース 白菜とかこのマヨサラダ ほうれん草とベーコンのソテー	軟飯180g 肉団子のケチャップあん 南瓜サラダ もやし海苔和え	軟飯180g 鶏の赤みそ照焼 おくらなめ苺和え 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
一日合計								