

2025年11月16日(日) ～ 2025年11月30日(日)
常食

献立表

	16日(日)		17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)	
朝	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(元気)		味噌汁(きやべつ・大根) 信田巻き 金山寺味噌 ソファール(元気)		味噌汁(わか・さつまいも) 半熟オムレツ 利尻ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(さつま揚げ・小松菜) あんぺい君(コンソメ) (かつお)ふりかけ ソファール(元気)		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(元気)		味噌汁(うずまき麩・里芋) 大豆の豆乳クリーム煮 芽株佃煮 ソファール(元気)		味噌汁(冬瓜・人参) 肉詰めいなり(小松菜) ゆかり ソファール(元気)		味噌汁(青梗菜・うす揚げ) 大豆と野菜のカレー煮 (卵風味)ごはんにか合うソース ソファール(元気)	
昼	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		レーズンロール チキン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 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		* カレーそば * 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) 卵豆腐 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	
タ	鶏丼 温泉卵 ツナ和え(小松菜) 味噌汁(三つ葉・蒲鉾)		にぎり寿司(マ・サ・エ・キ) * モヤシ辛子マヨ和え 漬し汁(三つ葉・かまぼこ)		しいらの漬け焼き 添え(ししとう) パプリカのマリネ 白菜のコンソメ煮	揚げシューマイ 添え(ししとう) パプリカのマリネ 白菜のコンソメ煮	竹輪チース磯辺揚げ 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) ドレッシング和え(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がけ 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	

	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)						
朝	味噌汁(もやし・葱) フランクフルト 旅行の友 ソファール(元気)	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(元気)	味噌汁(なす・玉葱) あんぺい君(コンソメ) 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)	味噌汁(大根・さつま揚げ) 信田巻き (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(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 ソファール(元気)	味噌汁(卵・うず揚げ) さばみりん焼き のり佃煮 ソファール(元気)	味噌汁(麩・モヤシ) 三色いなり (たまご)ふりかけ ソファール(元気)						
昼	鶏肉のBBQソースがらめ 添え(ししとう) お浸し(菜の花) 里芋とにんじんの煮付 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	* サンドイッチ(ハム、ツナ) * ブロッコリーのサラダ 玉子スープ ミルミルス	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	* 温玉うどん * わさび和え(菜の花) * りんご	シイラの味噌漬け焼き 添え(ししとう) 納豆 パプリカとコーンのバターソテー やわらか団子(ヨモギ)	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 抹茶ようかん						
タ	鯖(サハ)の味噌煮 添え(オクラ) ブロッコリーサラダ 人参卵炒め	鶏とアスパラのオイスター炒め * 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(南瓜)	赤魚のハン粉焼 添え(Gアスパラ) * 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(南瓜)	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	麻婆豆腐 * 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華炒め	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)		

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。