

掲示用献立表

極軟菜食（Aメニュー）

日付	2025年11月16日(日)	2025年11月17日(月)	2025年11月18日(火)	2025年11月19日(水)	2025年11月20日(木)	2025年11月21日(金)	2025年11月22日(土)	2025年11月23日(日)
朝食	全粥 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)	全粥 味噌汁(きゃべつ・大根) 信田巻き 金山寺味噌 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(ワカメ・さつまいも) 半熟オムレツ 利尻ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(さつま揚げ・小松菜) あんべい君(コンソメ) (かつお)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(青梗菜・うす揚げ) 大豆と野菜のカレー煮 (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)
昼食	全粥 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	全粥 鶏肉の山椒漬け焼き 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	全粥 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	全粥 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 みかんゼリー	全粥 * かれの塩焼 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	全粥 鶏のムニエル 添え(甘煮) 黒ごま和え(オクラ) ミニシューマイ ようかん	全粥 西京漬け焼き(シイラ) 添え(Gラスパ) 卵豆腐 ジャガイモのそぼろあんかけ いちごムース	全粥 鶏肉と麩のブルコギ風 * 冷奴 ほうれんそうソテー バナナ
夕食	全粥 鶏丼 温泉卵 ツナ和え(小松菜) 味噌汁(三つ葉・蒲鉾)	全粥 刺身(ネギトロ) * モヤシ辛子マヨ和え 清し汁(三つ葉・かまぼこ)	全粥 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	全粥 メルルーサの漬け焼き 添え(キャベツ) お浸し(法蓮草) 人参卵炒め	全粥 肉じゃが * 錦和え(もやし) ピーマンとちくわの味噌炒め	全粥 お好み焼き風オムレツ 添え(ししとう) 辛子と和え(菜の花) 味噌汁(ふかし、葱)	全粥 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)	全粥 鮭ソテー粒マスタードソースかけ 添え(人参グラッセ) ピーマンの塩昆布和え 茄子オランダ煮
一日合計								
日付	2025年11月24日(月)	2025年11月25日(火)	2025年11月26日(水)	2025年11月27日(木)	2025年11月28日(金)	2025年11月29日(土)	2025年11月30日(日)	
朝食	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(なす・玉葱) あんべい君(コンソメ) 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(卵・うす揚げ) さばみりん焼き のり佃煮 ソファール(元気)	全粥 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)	
昼食	全粥 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け 餅風デザート	全粥 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	全粥 チキンソテーデミソースかけ 添え(人参グラッセ) ブロッコリーのサラダ 玉子スープ マスカットゼリー	全粥 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	全粥 鶏のムニエル 添え(野菜ソテー) わさび和え(菜の花) うどん汁 りんご	全粥 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)	全粥 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	
夕食	全粥 鯖(サバ)の味噌煮 添え(オクラ) ブロッコリーサラダ 人参卵炒め	全粥 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)	全粥 シイラのムニエル野菜みぞれあん * ゆかり和え(法蓮草) きんぴらごぼう	全粥 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	全粥 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)	全粥 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	全粥 鶏肉生姜焼 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)	
一日合計								