

2025年12月16日(火) ～ 2025年12月31日(水)
常食

献立表

	16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		20日(土)		21日(日)		22日(月)		23日(火)	
朝	味噌汁(茄子・葱) 卵巻ウィンナー 利尻ふりかけ ソファール(元氣)		味噌汁(大根・わかめ) やわらかあげのあんかけ(和) (かつお)ふりかけ ソファール(元氣)		味噌汁(あおさ・玉葱) あんべい君(コンソメ) (たらこ)ふりかけ ソファール(元氣)		味噌汁(麩ミツバ) 信田巻き 芽株佃煮 ソファール(元氣)		味噌汁(さつま・わかめ・葱) 三色いなり(白菜) ゆかり ソファール(元氣)		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 ソファール(元氣)		味噌汁(豆腐・あおさ) 白身魚のふんわり天 旅行の友 ソファール(元氣)		味噌汁(茄子・葱) やわらかチキン照焼風 たいみそ ソファール(元氣)	
昼	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 バナナ		レーズンロール * ホパイチーズオムレツ 添え(人参グラッセ) 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		* 醤油ラーメン * 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 ミニシューマイ りんご		鶏の塩麹焼 添え(人参グラッセ) ナムル(いんげん) コンニャク炒り煮 冬至デザート		鶏ごぼうご飯 かれいの漬け焼き七味がけ 添え(オクラ) 酢の物(大根と人参) じゃが海苔塩炒め 手作りほうじ茶プリン	
タ	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)	赤魚のおろし煮 * オニオンスープ ツナ和え(人参)	豚肉の黒糖酢め * ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	天ぷら(海老) 添え(卸し) 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)	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)	ふくらぎの漬け焼き 添え(オクラ) ナムル(いんげん) ポトフ	鶏肉カレーチャップ炒め * 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		西京漬け焼き(シイラ) 添え(ししとう) 錦和え(小松菜) 南瓜そぼろあんかけ		豚肉のソーセイオニオンスライスがけ 添え(エンドウ) 味噌マヨ和え(もやし) 麻婆春雨	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

	24日(水)		25日(木)		26日(金)		27日(土)		28日(日)		29日(月)		30日(火)		31日(水)	
朝	味噌汁(里芋・人参) チキンナゲット 海苔香味ふりかけ ソファール(元氣)		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 ソファール(元氣)		味噌汁(ジャガイモ・わかめ) チキンスティック (のりごま)ふりかけ ソファール(元氣)		味噌汁(青梗菜・里芋) スクランブルエッグ のり佃煮 ソファール(元氣)		味噌汁(あおさ・豆腐) (冷)赤魚みりん焼き (たまご)ふりかけ ソファール(元氣)		味噌汁(わかめ・冬瓜) やわらかあげのあんかけ(和) 金山寺味噌 ソファール(元氣)		味噌汁(ジャガイモ・ホウレンソウ) 柳さわら西京焼き 利尻ふりかけ ソファール(元氣)		味噌汁(里芋・人参) 大豆の豆乳クリーム煮 (かつお)ふりかけ ソファール(元氣)	
昼	* サンドイッチ(ツナ、タマゴ) * ゆかり和え(小松菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮 コーヒーマル		赤魚のカリバタソテー 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		* 焼きうどん * 温泉卵 * 白桃ゼリー		鯖の生姜煮 添え(サツマイモ・甘煮) カリフラワーサラダ 焼き茄子(温) 抹茶ようかん		ほっけのレモン醤油ソテー 添え(Gアスパラ) ブロッコリーのサラダ 里芋のガーリック炒め マスカットゼリー		鮭の味噌漬け焼き 添え(小松菜) 大根のマリネ 南瓜そぼろあんかけ みたらし団子風デザート		豚肉の山椒漬け焼き 添え(インゲン) ブロッコリーポン酢和え 里芋ごま味噌田楽 パニラムース		ホテルブレッド チョコブラック&ホワイト 鶏の黒胡椒ダレ 添え(エンドウ) かぶのコンソメ煮 さつま芋ヨーグルトサラダ	
タ	焼き鳥(ねぎま)風 * 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮	美容蟹(カニ玉あんかけ) * 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮	鶏肉クリームソースがけ * サーモンのマリネ コーンクリームポタージュ クリスマスデザート2025	エビグラタン * サーモンのマリネ コーンクリームポタージュ クリスマスデザート2025	カレイのムニエル 添え(Gアスパラ) 白菜の甘酢和え 人参とツナの炒めもの	ロールキャベツ 添え(Gアスパラ) 白菜の甘酢和え 人参とツナの炒めもの	鶏の葱塩炒め * ピーナッツ和え(いんげん) 冬瓜のコンソメ煮		鶏の漬焼き(醤油) 添え(ししとう) キャロットラペ 長いものバター炒め		肉団子シチュー * ハニーマスタード和え 菜の花のソテー		かれいの照り焼き 添え(カリフラワー) ほうれん草ナムル 煮付け(しんじょ・冬瓜)		メルルーサの漬け焼き 添え(人参ソテー) 黒ごま和え(菜の花) そば汁	

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。