

掲示用献立表

まとまりマッシュ(重軟) (Aメニュー)

日付	2026年02月01日(日)	2026年02月02日(月)	2026年02月03日(火)	2026年02月04日(水)	2026年02月05日(木)	2026年02月06日(金)	2026年02月07日(土)	2026年02月08日(日)
朝食	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g
昼食	軟飯180g ポークチャップ インゲンのピーナッツ和え 南瓜のチーズソテー バナナムース	軟飯180g 餃子のスープ煮 ほうれん草ツナサラダ キノコのソテー バインミキサー	軟飯180g チントマトカレー煮 フレンチサラダ アスパラと玉葱のソテー オレンジヨーグルト	軟飯180g チーズオムレツ カリフラワー青じそサラダ コーンクリームポタージュ 手作りチョコプリン	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 ココアムース	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 芋ようかん	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 バインムース
夕食	軟飯180g しいらの香味だれがけ カリフラワー青じそサラダ 冬瓜コンソメ煮	軟飯180g 赤魚のガーリックソテー オクラなめ苳和え 湯豆腐(ポン酢)	軟飯180g 鯖の味噌煮 ゆかり和え 茄子オランダ煮	軟飯180g ハニーマスタートサーモン もやしナムル じゃがいも煮味噌煮	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 カニ玉あんかけ 菜の花胡麻マヨ和え アスパラとジャガイモの塩炒め	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
一日合計								
日付	2026年02月09日(月)	2026年02月10日(火)	2026年02月11日(水)	2026年02月12日(木)	2026年02月13日(金)	2026年02月14日(土)	2026年02月15日(日)	
朝食	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	
昼食	軟飯180g 回鍋肉 冷奴(ごまダレ) キャベツの中華煮 マンゴーミキサー	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 コーンクリームポタージュ 手作杏仁豆腐	軟飯180g 赤魚粕漬け焼き ツナ和え(菜の花) インゲンの味噌煮 くず餅風デザート	軟飯180g オムレツミグラスソース キャベツのサウザンサラダ 南瓜いとこ煮 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 じゃが芋コンソメ煮 バレンタインデザート	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 ぶどうムース	
夕食	軟飯180g サゴシ煮魚 オクラツナ和え パプリカとブロッコリーのオイスター炒め	軟飯180g しいらのおろしたまねぎ漬焼 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	軟飯180g 豚の葱塩タレ 白菜なめ苳和え 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	
一日合計								