

掲示用献立表

極軟菜食（Aメニュー）

日付	2026年02月16日(月)	2026年02月17日(火)	2026年02月18日(水)	2026年02月19日(木)	2026年02月20日(金)	2026年02月21日(土)	2026年02月22日(日)	2026年02月23日(月)
朝食	全粥 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(元気)	全粥 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(元気)	全粥 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(元気)	全粥 味噌汁(ふかし・ほうれん草) 半熟オムレツ (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(ジャガイモ・ワカメ) 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(青梗菜・里芋) スクランブルエッグ のり佃煮 ソファール(元気)	全粥 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(元気)	全粥 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(元気)
昼食	全粥 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 バナナムース	全粥 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	全粥 鮭ソテー粒マスタードソースがけ 添え(粉吹芋) ゆかり和え(小松菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮 みかんゼリー	全粥 * 赤魚のガリバタソテー 添え(ししとう) サラダ(キャベツ・トマト) 煮付け(豆腐人参) マスカットゼリー	全粥 鶏肉のBBQソースがらめ * わさび和え(おくら) ほうれん草の煮浸し 白桃ゼリー	全粥 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	全粥 ほっけのレモン醤油ソテー 添え(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	全粥 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
夕食	全粥 刺身(ネギトロ) * 錦和え(小松菜) 南瓜そぼろあんかけ	全粥 鶏肉のソテーオニオンソースがけ 添え(エンドウ) 味噌マヨ和え(もやし) 麻婆春雨	全粥 焼き鳥(ねぎま)風 * 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮	全粥 鶏肉クリームソースがけ * わさび和え(おくら) 中華スープ(チンゲンサイ・玉葱)	全粥 カレイのムニエル 添え(アスパラ) 白菜の甘酢和え 人参とツナの炒めもの	全粥 鶏の葱塩炒め * 練りピーナッツ和え(いんげん) 冬瓜のコンソメ煮	全粥 鶏の漬焼き(醤油) 添え(ししとう) キャロットラペ カリフラワーとツナのカレー炒め	全粥 肉団子シチュー * ハニーマスタード和え 菜の花のソテー
一日合計								
日付	2026年02月24日(火)	2026年02月25日(水)	2026年02月26日(木)	2026年02月27日(金)	2026年02月28日(土)			
朝食	全粥 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(元気)	全粥 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(元気)	全粥 味噌汁(麩・白菜) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(人参サツマ揚げ) ウィンナーソテー 芽株佃煮 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(海苔・ジャガ) やわらかチキン照焼風 ゆかり ソファール(元気)			
昼食	全粥 鶏肉の山椒漬け焼き 添え(インゲン) 菜の花ボン酢和え 里芋ごま味噌田楽 パニラムース	全粥 * 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 白桃ゼリー	全粥 鶏の味噌マスタードがけ 添え(オクラ) のり佃和え(青梗菜) アスパラとコーンのソテー 手作りいちごプリン	全粥 鶏肉照り焼き 添え(人参甘煮) 小松菜の和え物 ふろふき大根 バナナ	全粥 鶏のムニエル 添え(隠元グラッセ) 練りピーナッツ和え(人参) 南瓜のレモン煮 いちご			
夕食	全粥 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)	全粥 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) ブロッコリーのコンソメ煮	全粥 太刀魚の塩焼き 添え(カリフラワー) わさび和え(おくら) 茶碗蒸し	全粥 ほっけの磯辺焼き 添え(エンドウ) とろろ昆布和え(菜の花) 肉味噌かけ(里芋)	全粥 赤魚の甘酢あんかけ 添え(インゲン) カリフラワーサラダ 煮付け(ふかし、冬瓜)			
一日合計								