

掲示用献立表

極軟菜食（Aメニュー）

日付	2026年03月01日(日)	2026年03月02日(月)	2026年03月03日(火)	2026年03月04日(水)	2026年03月05日(木)	2026年03月06日(金)	2026年03月07日(土)	2026年03月08日(日)
朝食	全粥 味噌汁(ワカメ・麩) やわらからあげのあんかけ(洋) (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)	全粥 味噌汁(里芋人参) 三色いなり(ホウレンソウ) 旅行の友 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(サツマイモ・葱) 玉子の中華あんかけ たいみそ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(里芋・ふかし) 信田巻き 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(大根油揚げ) フランクフルト (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(南瓜・玉葱) やわらからあげのあんかけ(和) (のりごま)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(白菜人参) 白身魚のふんわり天 のり佃煮 ソファール(元気)	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)
昼食	全粥 鮭の味噌漬焼き 添え(オクラ) 胡麻豆腐(ごまドレ) えんどう卵炒め 栗ようかん	全粥 カレーおろし煮 * ドレッシング和え(カリフラワー・人参) 菜の花バター炒め やわらか団子(黒ごま)	全粥 鶏の漬焼き 添え(ししとう) 粒マスタードのキャロットラペ ジャガイモのそぼろあんかけ メロンムース	全粥 * 鶏のケチャップ炒め ブロッコリーのサラダ 中華スープ(ミックスベジ) 中葉スープ(ミックスベジ) ココアムース	全粥 * ほっけの塩焼き 添え(小松菜) 錦和え(もやし) アスパラベーコン炒め 白ようかん	全粥 かれいの塩焼 添え(オクラ) 菜の花の辛子マヨ和え かぼちゃの甘草焼き バニラムース	全粥 はちみつ照り焼きチキン 添え(人参グラッセ) ゆかり和え(法蓮草) 錦糸えびしんじょう バナナ	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
夕食	全粥 鶏の漬け焼き七味がけ 添え(小松菜) ブロッコリーのサラダ オニオンスープ	全粥 焼き餃子 添え(Gアスパラ) カリフラワーサラダ 南瓜のレモン煮	全粥 刺身(ネギトロ、トロロ) * ささみ和え(法蓮草) 味噌汁(麩・蒲鉾) 三色花ゼリー	全粥 鮭のつけ焼き 添え(オクラ) サラダ 含め煮(豆腐・隠元)	全粥 チキンカレー * カリフラワーサラダ スナップエンドウのバター炒め	全粥 蒸し鶏 ネギ塩レモン 添え(小松菜) ビーマンの塩昆布和え 卵のコンソメスープ	全粥 赤魚の塩麹焼 添え(サツマイモ甘煮) 卵豆腐 清し汁(麩・葱)	全粥 鶏丼 温泉卵 ツナ和え(小松菜) 味噌汁(三つ葉・蒲鉾)
一日合計								
日付	2026年03月09日(月)	2026年03月10日(火)	2026年03月11日(水)	2026年03月12日(木)	2026年03月13日(金)	2026年03月14日(土)	2026年03月15日(日)	
朝食	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) プレーンオムレツ(和風) 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 鶏肉の山椒漬焼き 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) カリフラワーとアボカドのサラダ オニオンスープ マスカットゼリー	全粥 トマトチーズオムレツ 添え(Gアスパラ) 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	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	全粥 鶏肉と麩のプルコギ風 * 冷奴 ほうれんそうソテー バナナ	
夕食	全粥 鯖のイタリヤ風 添え(オクラ) モヤシ辛子マヨ和え ジャガイモのそぼろあんかけ	全粥 シイラの田楽味噌漬焼き 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) ビーマンとちくわの味噌炒め	全粥 カレイの甘草照り焼き 添え(ししとう) 辛子和え(菜の花) スナップエンドウのバター炒め	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	
一日合計								