

2026年03月16日(月) ~ 2026年03月31日(火)
常食

献立表

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)			
朝	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)	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)	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)	味噌汁(大根・さつまいも揚げ) プレーンオムレツ(クリームソース) (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)	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)	味噌汁(卵・うず揚げ) さばみりん焼き のり佃煮 ソファール(元気)	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)	味噌汁(青梗菜・里芋) 柳さわら西京焼き 金山寺味噌 ソファール(元気)			
昼	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 くず餅風デザート	スズキの照り焼き 添え(人参甘煮) 春雨サラダ 豚汁 ぶどうムース	豆乳ロール チョコブラック&ホワイト ホークソテーアップルソース漬け焼き 添え(人参グラッセ) ブロッコリーのサラダ 玉子スープ	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	鶏のムニエル 添え(野菜ソテー) わさび和え(菜の花) (法)ポテトグラタン いちご	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)	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	鮭の塩麩焼 添え(隠元グラッセ) お浸し(法蓮草) クリーム煮(冬瓜) バナナ			
夕	かれのいの漬け焼き七味かけ 添え(Gラスハラ) ブロッコリーサラダ 人参卵炒め	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)	白身魚の香味ダシかけ 添え(ししとう) 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(南瓜)	シイラのムニエル野菜みぞれあん * ゆかり和え(法蓮草) れんこんきんぴら	豚の角煮 添え(キャベツ) ゆかり和え(法蓮草) れんこんきんぴら	鯖のゴマ味噌かけ 添え(葱) ツナ和え(大根) 青梗菜とエビの炒め物	麻婆豆腐 * ツナ和え(大根) 青梗菜とエビの炒め物	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)	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	豚肉生姜焼 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)	蒸し鶏 梅肉ソース 添え(オクラ) いんげんのツナ和え 清し汁(三つ葉ふかし)

	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)					
朝	味噌汁(白菜・豆腐) あんべい君(コンソメ) 利尻ふりかけ ソファール(元気)	味噌汁(あおさ海苔・玉葱) やわらかあげのあんかけ(和) (かつお)ふりかけ ソファール(元気)	味噌汁(さつまいも・葱) さば塩焼き (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)	味噌汁(冬瓜・ほうれん草) 玉子の中華あんかけ 芽株佃煮 ソファール(元気)	味噌汁(わかめ・うずまき麩) フランクフルト ゆかり ソファール(元気)	味噌汁(茄子・小松菜) やわらかチキン照焼風 (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)	味噌汁(さつまいも・大根) 信田巻き 旅行の友 ソファール(元気)	味噌汁(ふかし・白菜) 柳さわら西京焼き たいみそ ソファール(元気)					
昼	レモンチキン 添え(Gラスハラ) パプリカのマリネ コンソメスープ(じゃが) 手作りプリン	* サンドイッチ(ハム、タマゴ) * マカロニサラダ コーンクリームポタージュ ミルミルス	鶏と玉葱のボン酢炒め * ゴマ和え(小松菜) 清し汁(麩) 白ようかん	* 塩ラーメン * ブロッコリーナムル * バナナムース	車麩卵どじ * 胡麻豆腐(醤油) ほうれん草とコーンの中華炒め いちご	シイラのムニエルオニオンソースがけ 添え(人参グラッセ) 辛子和え(オクラ) あんかけ豆腐 芋ようかん	ハンバーグ(照焼ソース) 添え(インゲン) わさび和え(菜の花) クリーム煮(冬瓜) いちごムース	豚の塩麩漬け焼き 添え(人参グラッセ) 梅肉和え(ほうれん草) ビー玉炒め あんころ餅風デザート					
夕	西京漬け焼き(銀ダラ) 添え(ししとう) カリフラワーサラダ 卵炒め(キャベツ・ベーコン)	はちみつ照り焼きチキン 添え(ししとう) カリフラワーサラダ 卵炒め(キャベツ・ベーコン)	鯖のバター醤油焼き 添え(エンドウ) ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)	ポークチキヤップ * ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)	赤魚のおろし煮 添え(花豆腐) ゆかり和え(白菜) ビーマンコンソメ炒め	ミートソースグラタン * ゆかり和え(白菜) ビーマンコンソメ炒め	白身魚のガリバターソテー 添え(オクラ) レタスサラダ 野菜のチーズマヨ焼き	豚肉ときらげの卵炒め * レタスサラダ 野菜のチーズマヨ焼き	チキンのブラウンシチュー * ピーナッツ和え(いんげん) きのこソテー	鶏肉の韓国風ソースがらめ 添え(葱) マヨネーズ和え(ブロッコリー) かぶの中華煮	にぎり寿司(マサエサキ) * カリフラワーとカニのサラダ 味噌汁(わかめ・麩)	赤魚粕漬け焼き 添え(ししとう) 納豆 けんちん汁	牛時雨煮 * 納豆 けんちん汁

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頂く場合があります。