

掲示用献立表

極軟菜食（Aメニュー）

日付	2026年03月16日(月)	2026年03月17日(火)	2026年03月18日(水)	2026年03月19日(木)	2026年03月20日(金)	2026年03月21日(土)	2026年03月22日(日)	2026年03月23日(月)
朝食	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(大根・さつま揚げ) 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(卵・うす揚げ) さばみりん焼き のり佃煮 ソファール(元気)	全粥 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)	全粥 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)
昼食	全粥 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	全粥 スズキの照り焼き 添え(人参甘煮) 春雨サラダ 鶏汁 ぶどうムース	全粥 * チキンステーキソース漬け焼き 添え(人参グラッセ) ブロッコリーのサラダ 玉子スープ マスカットゼリー	全粥 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	全粥 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	全粥 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)	全粥 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	全粥 鮭の塩麴焼 添え(隠元グラッセ) お浸し(法蓮草) クリーム煮(冬瓜) バナナ
夕食	全粥 かれいの漬け焼き七味がけ 添え(Gアスパラ) ブロッコリーサラダ 人参卵炒め	全粥 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)	全粥 シイラのムニエル野菜みぞれあん * ゆかり和え(法蓮草) きんぴらごぼう	全粥 鯖のゴマ味噌がけ 添え(葱) ツナ和え(大根) 青梗菜とエビの炒め物	全粥 カレイの磯辺焼き 添え(黄ハブリカソテー) オクラのおかか和え 煮付け(高野・里芋)	全粥 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	全粥 鶏肉生姜焼 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)	全粥 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)
一日合計								
日付	2026年03月24日(火)	2026年03月25日(水)	2026年03月26日(木)	2026年03月27日(金)	2026年03月28日(土)	2026年03月29日(日)	2026年03月30日(月)	2026年03月31日(火)
朝食	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(さつま揚げ・大根) 信田巻き 旅行の友 ソファール(元気)	全粥 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)
昼食	全粥 レモンチキン 添え(Gアスパラ) パプリカのマリネ コンソメスープ(じゃが) 手作りプリン	全粥 鶏肉の甘酢照り焼き 添え(ホウレンソウ) マカロニサラダ コーンクリームポタージュ 白桃ゼリー	全粥 鶏と玉葱のポン酢炒め * ゴマ和え(小松菜) 清し汁(麩) 白ようかん	全粥 鶏の塩麴焼 添え(小松菜) ブロッコリーナムル じゃが芋甘辛炒め バナナムース	全粥 車麩卵とじ * 胡麻豆腐(醤油) ほうれん草とコーンの中華炒め いちご	全粥 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	全粥 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	全粥 鶏の塩麴漬け焼き 添え(人参グラッセ) 梅肉和え(ほうれん草) ピー玉炒め あんころ餅風デザート
夕食	全粥 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)	全粥 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)	全粥 赤魚のおろし煮 添え(花豆腐黄) ゆかり和え(白菜) ピーマンコンソメ炒め	全粥 白身魚のガリバタソテー 添え(オクラ) レタスサラダ 野菜のチーズマヨ焼き	全粥 チキンのブラウンシチュー * 練りピーナツ和え(いんげん) アスパラソテー	全粥 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	全粥 刺身(ネギトロ) * カリフラワーとカニのサラダ 味噌汁(わかめ・麩)	全粥 赤魚粕漬け焼き 添え(ししとう) 納豆 けんちん汁
一日合計								