

2026年04月01日(水) ~ 2026年04月15日(水)
 常食

献立表

	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)					
朝	味噌汁(里芋・玉葱) ウィンナーソテー 海苔香味ふりかけ ソファール(元氣)	味噌汁(南瓜・人参) 赤魚みりん焼き (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(元氣)	味噌汁(ほうれん草・薄揚げ) プレーンオムレツ(和風) (のりごま)ふりかけ ソファール(元氣)	味噌汁(大根・人参) さば塩焼き のり佃煮 ソファール(元氣)	味噌汁(玉葱・小松菜) フランクフルト (たまご)ふりかけ ソファール(元氣)	味噌汁(ふかし・玉葱) 三色いなり(エンドウ) 金山寺味噌 ソファール(元氣)	味噌汁(茄子・葱) 卵巻ウィンナー 利尻ふりかけ ソファール(元氣)	味噌汁(大根・わかめ) やわらかからあげのあんかけ(和) (かつお)ふりかけ ソファール(元氣)					
昼	黒糖ロール チョコブラック&ホワイト オムレツ(デミグラスソース) トマトとアボカドのサラダ 中華スープ(アスパラ) 飲む野菜と果実 デザートに	かれいの塩焼 添え(隠元グラッセ) 酢の物(タコとわかめ) 里芋とにんじんの煮付 手作りプリン	あんかけ焼きそば 梅肉和え(ほうれん草) くず餅風デザート	鶏肉の甘酢照り焼き 添え(オクラ) ドレッシング和え(カリフラワー) アスパラとパプリカのソテー いちごムース	鮭の蒸し焼き 長芋短冊 南瓜のレモン煮 抹茶ようかん	鶏の漬け焼き七味がけ 添え(ししとう) のり佃煮和え(オクラ) いんげんと人参のソテー ココアムース	メルルーサの味噌マヨ焼き 添え(スッキニコ) 寒天寄せ(えび) 冬瓜の中華煮 バナナ	レーズンロール ポパイチーズオムレツ 添え(人参グラッセ) コンソメスープ(アスパラ・コーン) カリフラワーとカニのサラダ					
夕	スズキの生姜醤油焼き 添え(ブロッコリー) 黒ごま和え(青梗菜) コンクリームポタージュ	鶏肉のピザ風 添え(ブロッコリー) 黒ごま和え(青梗菜) コンクリームポタージュ	手作りチーズハムカツ 添え(ビーマンソテー) なめ茸和え(小松菜) さつまいもバター醤油からめ	金目鯛の味噌漬焼き 添え(ビーマンソテー) なめ茸和え(小松菜) さつまいもバター醤油からめ	白身魚の香味ダシかけ 添え(ししとう) * トマトのサラダ	鶏とアスパラのバター醤油焼き しいらの漬け焼き 添え(人参グラッセ) なすの南蛮漬(冷) 味噌汁(卵・三つ葉)	チキンカレー 酢味噌和え(菜の花) 里芋のガーリック炒め	煮魚(金目鯛) 添え(Gアスパラ) 錦和え(ほうれん草) 春雨スープ	鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(ブロッコリー) オニオンスープ ツナ和え(人参)	赤魚のおろし煮 * オニオンスープ ツナ和え(人参)	豚肉の黒糖酢炒め 海老マヨ(冷)	豚肉の黒糖酢炒め ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)	海老マヨ(冷) ゴマ和え(小松菜) 蒸しカボチャ(バター)

	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)				
朝	味噌汁(あおさ・玉葱) あんべい君(コンソメ) (たらこ)ふりかけ ソファール(元氣)	味噌汁(麩・みつば) 信田巻き 芽株佃煮 ソファール(元氣)	味噌汁(さつま・わかめ・葱) 三色いなり(白菜) ゆかり ソファール(元氣)	味噌汁(ふかし・玉葱) 赤魚みりん焼き (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元氣)	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(元氣)	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(元氣)	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(元氣)				
昼	鯖のみぞれ煮 棒々鶏サラダ もやし炒め ぶどうムース	和風スバゲティ 卵豆腐 みたらし団子風デザート	鶏の酒蒸し 添え(青梗菜) ツナ和え(人参) 冬瓜カニあんかけ ようかん	鮭のムニエル 添え(黄パプリカソテー) マカロニサラダ ミニシューマイ りんご	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	かれいの漬け焼き七味がけ 添え(オクラ) 酢の物(大根・人参) じゃが海苔塩炒め 手作りほうじ茶プリン	惣菜ハン(ヤキソバ、スクランブルエッグ) ゆかり和え(小松菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮 ミルミルス				
夕	鶏肉チリソースかけ 添え(エンドウ) きゅうりとちわのきつぱり和え ミルクスープ(ミルクベシタブル)	かれいの照り焼き 添え(エンドウ) きゅうりとちわのきつぱり和え ミルクスープ(ミルクベシタブル)	ふくらぎの漬け焼き 添え(オクラ) ナムル(いんげん) ポトフ	鶏肉カレーチャップ炒め * ナムル(いんげん) ポトフ	西京漬け焼き(サゴシ) 添え(Gアスパラ) カリフラワーとハムのサラダ 高野豆腐卵とじ	牛肉のトマト煮 わさび和え(菜の花) たこ焼き	しいらの漬け焼き 添え(ししとう) 錦和え(小松菜) 南瓜そぼろあんかけ	豚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	鯖の塩麹揚げ 添え(エンドウ) 味噌マヨ和え(もやし) 麻婆春雨	焼き鳥(ねぎま)風 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮	芙蓉蟹(カニ玉あんかけ) 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮

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。