

## 掲示用献立表

### 極軟菜食（Aメニュー）

日付	2026年04月16日(木)	2026年04月17日(金)	2026年04月18日(土)	2026年04月19日(日)	2026年04月20日(月)	2026年04月21日(火)	2026年04月22日(水)	2026年04月23日(木)
朝食	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) やわらかからあげのあんかけ(和) 金山寺味噌 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(ジャガイモ・小松菜) 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) 厚焼玉子 (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)
昼食	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) 手作りチョコプリン	全粥 鶏肉のBBQソースがらめ わさび和え(おくら) ニラもやし炒め 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(G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(ズッキーニ) 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	全粥 鶏肉の山椒漬け焼き 添え(インゲン) トマトとわかめのポン酢和え 里芋ごま味噌田楽 バニラムース	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(赤パプリカ) 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
夕食	全粥 鶏肉クリームソースがけ ブロッコリーナムル 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(G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 ホウレンソウとベーコンの卵炒め	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	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(しんじょう・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) ブロッコリーとハムの炒めもの	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
一日合計								
日付	2026年04月24日(金)	2026年04月25日(土)	2026年04月26日(日)	2026年04月27日(月)	2026年04月28日(火)	2026年04月29日(水)	2026年04月30日(木)	
朝食	全粥 味噌汁(人参・サツマイモ) ウインナーソテー 芽株佃煮 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(海苔・ジャガイモ) やわらかチキン照焼風 ゆかり ソファール(元気)	全粥 味噌汁(ワカメ・麩) やわらかからあげのあんかけ(洋) (卵風味)ごはんには合うソース ソファール(元気)	全粥 味噌汁(里芋・人参) 三色いなり(白菜) 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)ごはんには合うソース ソファール(元気)	
昼食	全粥 鶏肉照り焼き 添え(ズッキーニソテー) 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	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 カレイおろし煮 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(ミックスベジタブル) ココアムース	全粥 ほっけのレモンバター醤油ソテー 添え(葱) 錦和え(もやし) アスパラベーコン炒め ココアムース	
夕食	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 茄子の和え物(冷) 煮付け(ふかし・冬瓜)	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(モヤシ) お浸し(アスパラ) ズッキーニとツナのチーズ焼き	全粥 メルルーサのムニエル 添え(カリフラワー) パプリカのマリネ ほうれんそうのソテー	全粥 鮭のつけ焼き 添え(赤パプリカ) 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PEndウのバター炒め	
一日合計								