

2026年05月16日(土) ~ 2026年05月31日(日)

常食

献立表

	16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)			
朝	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)	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)	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) やわらかからあげのあんかけ(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)			
昼	シイラの味噌漬け焼き 添え(ししとう) 納豆 ジャーマンポテト やわらか団子(サク)	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(ズッキーニ) お浸し(法蓮草) クリーム煮(冬瓜) バナナ	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	* サンドイッチ(ハム、タコ) * マカロニサラダ(和え) コーンクリームポタージュ ミルミルS	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	* 味噌ラーメン * ブロッコリーナムル * バナナムース	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 アンデスメロン			
夕	鶏肉のさつぱり煮 添え(人参甘煮) 卵豆腐 しらす炒め(白菜)	豚肉生姜焼 添え(いんげん) ドレッシング和え(ブロッコリー) 中華スープ(モックスベシ)	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)	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(いんげん) ささみ和え(人参) そぼろ煮(大根)	ポークチャップ * 赤魚のおろし煮 添え(花豆腐黄) 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 * 赤魚のおろし煮 添え(花豆腐黄) 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	豚肉ときくらげの卵炒め * 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ュチュ * ビーナッツ和え(いんげん) きのこソテー

	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)				
朝	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(さつま揚げ・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)	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(元気)	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(元気)	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(元気)	味噌汁(大根・人参) さば塩焼き のり佃煮 ソファール(元気)	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(元気)				
昼	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	豆腐ハンバーグ(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	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(ドレかけ) 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	* 焼きそば * 梅肉和え(菜の花) * 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(キャ・シメ・ニン) * 長芋短冊 南瓜のレモン煮 抹茶ようかん				
夕	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	助六寿司 * 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	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) コー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) コー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	白身魚の香味ダレかけ 添え(ししとう) トマトのサラダ(ドレかけ) コンソメスープ(人参・キャベ)	鶏とアスパラのバター醤油焼き * トマトのサラダ(ドレかけ) コンソメスープ(人参・キャベ)	しいらの漬け焼き 添え(人参グラッセ) なすの南蛮漬け(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

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。