

掲示用献立表

まとまりマッシュ(Aメニュー)

日付	2026年06月16日(火)	2026年06月17日(水)	2026年06月18日(木)	2026年06月19日(金)	2026年06月20日(土)	2026年06月21日(日)	2026年06月22日(月)	2026年06月23日(火)
朝食	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g
昼食	軟飯180g (ま)鯖の味噌煮 (ま)パプリカと玉葱のマリネ (ま)アスパラのにんにく炒め りんごヨーグルト	軟飯180g (ま)シイラのレモン焼き (ま)ほうれん草のピーナッツ和え コーンクリームポタージュ 手作りいちごプリン	軟飯180g (ま)松風焼き (ま)オクラのナムル (ま)キャベツのトマト煮 さくら餅風デザート	軟飯180g (ま)鶏肉の梅チーズ焼き (ま)ブロッコリーのフレンチサラダ (ま)白菜のコンソメ煮 桃ヨーグルト	軟飯180g (ま)豚肉の生姜焼き (ま)アスパラのマヨ和え (ま)湯豆腐【ポン酢】 やわらか団子(サク)	軟飯180g (ま)たらこ卵焼き (ま)パプリカのツナ和え (ま)菜の花の甘辛煮 パインムース	軟飯180g (ま)鶏肉の胡麻味噌蒸し (ま)いんげんの生姜醤油和え (ま)カリフラワーと人参の煮物 白桃ミキサー	軟飯180g (ま)豚肉のさっぱり煮 (ま)豆腐のシーザーサラダ (ま)アスパラのケチャップ炒め オレンジヨーグルト
夕食	軟飯180g (ま)豚肉のソース焼き (ま)もやしのなめ茸和え (ま)南瓜の煮物	軟飯180g (ま)親子煮 (ま)カリフラワーのオーロラ和え (ま)いんげんのハム炒め	軟飯180g (ま)スズキのクリーム煮 (ま)青梗菜のさっぱり和え (ま)じゃがいものカレーソー	軟飯180g (ま)赤魚の中華蒸し (ま)いんげんの胡麻和え (ま)茄子のバター炒め	軟飯180g (ま)カレイのみぞれ煮 (ま)小松菜のゆかり和え (ま)もやしのオイスター炒め	軟飯180g (ま)焼き肉風 (ま)白菜のお浸し (ま)キノコの中華煮	軟飯180g (ま)鯖の塩麹焼き (ま)茄子のなめ茸和え (ま)さつまいものレモン煮	軟飯180g (ま)シイラのみりん焼き (ま)オクラのポン酢和え (ま)里芋の豆乳煮
一日合計								
日付	2026年06月24日(水)	2026年06月25日(木)	2026年06月26日(金)	2026年06月27日(土)	2026年06月28日(日)	2026年06月29日(月)	2026年06月30日(火)	
朝食	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチゴ)300g	
昼食	軟飯180g (ま)チーズオムレツ (ま)カリフラワーの青じそサラダ コーンクリームポタージュ 手作りマンゴープリン	軟飯180g (ま)カレイの煮付け (ま)ほうれん草の胡麻和え (ま)茄子のにんにく炒め パニラムース	軟飯180g (ま)豚肉のオイスター炒め (ま)白菜のサウザンサラダ 豆腐の卵とじ 桃ヨーグルト	軟飯180g (ま)鶏肉と野菜の味噌煮 (ま)もやしのなめ茸和え (ま)アスパラの炒め物 抹茶ようかん	軟飯180g (ま)鯖のソース焼き (ま)小松菜のお浸し (ま)カリフラワーの和風トマト煮 ぶどうムース	軟飯180g (ま)回鍋肉 冷奴【ごまダレ】 (ま)ほうれん草の中華煮 リンゴミキサー	軟飯180g (ま)レモンチキン (ま)キャベツのフレンチサラダ (ま)さつまいもの大学芋風 オレンジヨーグルト	
夕食	軟飯180g (ま)鮭のハニーマスタード焼き (ま)もやしのナムル (ま)じゃがいもの味噌煮	軟飯180g (ま)肉団子の甘酢あん (ま)キャベツの海苔和え (ま)ブロッコリーのコンソメ煮	軟飯180g (ま)赤魚のバター醤油ソテー (ま)パプリカとキノコのマリネ (ま)南瓜のいとこ煮	軟飯180g (ま)カニ玉あんかけ (ま)青梗菜のマヨ和え (ま)切り干し煮	軟飯180g (ま)ハヤシライス (ま)いんげんの青じそ和え (ま)キャベツの煮物	軟飯180g (ま)サゴンの生姜煮 (ま)オクラのツナ和え (ま)ブロッコリーのオイスター炒め	軟飯180g (ま)シイラのおろし玉ネギ漬焼 (ま)アスパラのゆかり和え (ま)茄子の味噌炒め	
一日合計								