

掲示用献立表

極軟菜食（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	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) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(人参・サツマ揚げ) ウインナーソーテー 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) やわらかあげのあんかけ (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)	全粥 味噌汁(里芋人参) 三色いなり(ホウレンソウ) 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)
昼食	全粥 鶏肉の山椒漬け焼き 添え(インゲン) 菜の花ボン酢和え 里芋ごま味噌田楽 バナラムース	全粥 * 鶏の黒胡椒ダレ 添え(ししとう) 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 鶏の味噌スタートがけ 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ーテー 手作りいちごプリン 手搾茶碗蒸し	全粥 鶏肉照り焼き 添え(人参甘煮) 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 あんころ餅風デザート	全粥 鮭の味噌漬焼き 添え(オクラ) 胡麻豆腐(ごまドレ) ピーマンの卵炒め 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(サクラ)	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ベ ジャガイモのそぼろあんかけ メロンムース
夕食	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・冬瓜)	全粥 メルルーサの漬け焼き 添え(人参ソーテー) 茄子のお浸し ブロッコリーとハムの炒めもの	全粥 太刀魚の味噌煮 添え(花豆腐桃) わさび和え(おくら) 茶碗蒸し	全粥 ほっけの磯辺焼き 添え(オクラ) 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 * カリフラワーサラダ 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(アスパラ) チキンサラダ(大根) 南瓜のレモン煮	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 ほうれんそうのソーテー
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	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)ごはんに合うソース ソファール(元気)	全粥 味噌汁(南瓜・玉葱) やわらかあげのあんかけ (のりごま)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(白菜人参) 白身魚のふんわり天 のり佃煮 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(里芋・あおさ海苔) 大豆の豆乳クリーム煮 (たまご)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(きゃべつ・大根) 信田巻き 金山寺味噌 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(ワカメ・さつまいも) プレーンオムレツ(和風) 利尻ふりかけ ソファール(元気)	
昼食	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 ほっけの塩焼き 添え(小松菜) 錦和え(もやし) アスパラベーコン炒め 白ようかん	全粥 かれいの塩焼 添え(オクラ) 菜の花の辛子マヨ和え じゃがいもの甘辛焼き バナラムース	全粥 はちみつ照り焼きチキン 添え(人参グラッセ) ゆかり和え(法蓮草) 錦糸えびしんじょう バナナ	全粥 ほっけの漬け焼き 添え(ブロッコリー) 梅菜和え(白菜) 煮付け(麩、人参) 芋ようかん	全粥 鶏肉の山椒漬け焼き 添え(野菜ソーテー) のり佃和え(青梗菜) 中華スープ(豆腐・水菜) あんころ餅風デザート	全粥 バジルチキン 添え(ミックスベジタブル) カリフラワーとアボカドのサラダ オニオンスープ ピーチムース	
夕食	全粥 鮭のつけ焼き 添え(オクラ) 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 青梗菜のバター炒め	全粥 蒸し鶏 ネギ塩レモン 添え(ピーマンソーテー) 胡麻和え(ふかし・わかめ) 卵のコンソメスープ	全粥 赤魚の塩麹焼 添え(サツマイモ甘煮) 卵豆腐 清し汁(麩・葱)	全粥 鶏丼 温泉卵 ツナ和え(小松菜) 味噌汁(三つ葉・蒲鉾)	全粥 鯖のイタリア風 添え(スッキーニ) オクラの梅おかか和え ジャガイモのそぼろあんかけ	全粥 シイラの田楽味噌漬け焼き 添え(ししとう) パプリカのマリネ 白菜のコンソメ煮	
一日合計								