

# 掲示用献立表

## まとまりマッシュ (Aメニュー)

日付	2026年07月01日(水)	2026年07月02日(木)	2026年07月03日(金)	2026年07月04日(土)	2026年07月05日(日)	2026年07月06日(月)	2026年07月07日(火)	2026年07月08日(水)
朝食	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g
昼食	軟飯180g (ま)ハンバーグ(ケチャップ) (ま)白菜のドレッシング和え コーンクリームポタージュ 手作りチョコプリン	軟飯180g (ま)赤魚の粕漬け焼き (ま)菜の花の酢味噌和え (ま)ひじき煮 あんころ餅風デザート	軟飯180g (ま)オムレツ(デミグラスソース) (ま)豆腐のサウザンサラダ (ま)ブロッコリーと人参の煮物 白ぶどうヨーグルト	軟飯180g (ま)スズキの西京焼き (ま)パプリカと玉葱のマリネ (ま)ほうれん草の煮浸し 白ようかん	軟飯180g (ま)すき焼き風煮 (ま)オクラのマヨ和え (ま)カリフラワーのたらこ煮 ピーチムース	軟飯180g (ま)カレイのみりん焼き (ま)ブロッコリーの青じそサラダ (ま)南瓜の味噌煮 キウイミキサー	軟飯180g (ま)サゴシのみぞれ煮 (ま)キャベツのピーナッツ和え (ま)アスパラとキノコの中華炒め りんごヨーグルト	軟飯180g (ま)鯖のイタリア風 (ま)パプリカのオーロラ和え コーンクリームポタージュ 手作杏仁豆腐
夕食	軟飯180g (ま)カレイの海苔チーズ焼き (ま)ほうれん草のピーナッツ和え (ま)キノコのコンソメ煮	軟飯180g (ま)豚肉のガーリック焼き (ま)ジャガイモのトマトサラダ (ま)いんげんの豆乳煮	軟飯180g (ま)鶏肉の葱塩焼き (ま)キャベツのなめ茸和え (ま)里芋の煮物	軟飯180g (ま)ポークカレー (ま)もやしの梅ナムル (ま)アスパラの中華煮	軟飯180g (ま)鮭の塩麹焼き (ま)青梗菜の胡麻ドレ和え (ま)湯豆腐(ポン酢)	軟飯180g (ま)他人煮 (ま)小松菜のゆかり和え (ま)茄子とベーコンのソテー	軟飯180g (ま)肉団子のトマト煮 (ま)白菜のフレンチサラダ (ま)さつまいもの甘煮	軟飯180g (ま)鶏肉の赤味噌焼き (ま)ほうれん草のなめ茸和え 豆腐の卵とじ
一日合計								
日付	2026年07月09日(木)	2026年07月10日(金)	2026年07月11日(土)	2026年07月12日(日)	2026年07月13日(月)	2026年07月14日(火)	2026年07月15日(水)	
朝食	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	ハン粥(イチコ)300g	ハン粥(フルベリー)300g	
昼食	軟飯180g (ま)ポークソテー(アップルソース) (ま)いんげんのさっぱり和え (ま)じゃがいものコンソメ煮 ストロベリームース	軟飯180g (ま)餃子のスープ煮 (ま)ブロッコリーのサウザンサラダ (ま)キノコのオイスター炒め 白ぶどうヨーグルト	軟飯180g (ま)赤魚の生姜煮 (ま)アスパラのトマトサラダ (ま)青梗菜のバターソテー 栗ようかん	軟飯180g (ま)鶏肉の甘酢あん (ま)小松菜のツナ和え (ま)焼き茄子 メロンムース	軟飯180g (ま)カレイのバター醤油焼き (ま)キャベツのマヨ和え (ま)ひじき煮 洋梨ミキサー	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 手作りほうじ茶プリン	
夕食	軟飯180g (ま)シイラの煮付け (ま)もやしのごま和え (ま)キャベツのガーリックソテー	軟飯180g (ま)スズキのマヨネーズ焼き (ま)菜の花の海苔和え (ま)切り干し煮	軟飯180g (ま)お好み焼き風オムレツ (ま)オクラとハムの和え物 (ま)カリフラワーの中華煮	軟飯180g (ま)鮭の照り焼き (ま)白菜のゆかり和え (ま)里芋の味噌煮	軟飯180g (ま)ハンバーグ(おろしポン酢) (ま)豆腐サラダ (ま)ブロッコリーのたらこ煮	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	
一日合計								