

掲示用献立表

極軟菜食（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	全粥 味噌汁(里芋・小松菜) あんぺい君(コンソメ) (かつお)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(茄子・生揚げ) 卵巻ウィンナー (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(うずまき麩・里芋) 大豆の豆乳クリーム煮 芽株佃煮 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(冬瓜・人参) 肉詰めいなり(小松菜) ゆかり ソファール(元気)	全粥 味噌汁(青梗菜・うす揚げ) 大豆と野菜のカレー煮 (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)	全粥 味噌汁(さつまいも・葱) フランクフルト 旅行の友 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(もやし・わかめ) やわらかチキン照焼風 たいみそ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(なす・玉葱) あんぺい君(コンソメ) 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)
昼食	全粥 チキンソテー おろしソース 添え(ズッキーニ) ブロッコリーのサラダ もやしのコンソメスープ マスカットゼリー	全粥 鮭の味噌漬焼き 添え(青梗菜) カリフラワーとカニのサラダ 南瓜のレモン煮 手作りほうじ茶プリン	全粥 鶏のムニエル 添え(甘煮) オクラの黒ごま和え ミニシューマイ やわらか団子(黒ごま)	全粥 シイラの西京漬焼き 添え(アスパラ) もやしとわかめの酢の物 ジャガイモのそぼろあんかけ ココアムース	全粥 鶏肉と麩のブルコギ風 冷奴 ほうれんそうソテー バナナ	全粥 鶏と玉ねぎのカレー炒め 菜の花のツナ和え 里芋のガーリック炒め くず餅風デザート	全粥 スズキの照り焼き 添え(インゲン) 青梗菜の錦和え そうめん汁 ようかん	全粥 * トマトチーズオムレツ 添え(アスパラ) マカロニサラダ コーンポタージュ 白桃ゼリー
夕食	全粥 蒸し魚甘酢あんかけ(メルルーサ) * ほうれん草のマリネ 人参卵炒め	全粥 肉じゃが * 卵豆腐 ピーマンとちくわの味噌炒め	全粥 カレイの甘辛照り焼き 添え(ししとう) 菜の花の辛子マヨ和え いんげんとハムのカレー炒め	全粥 親子丼 * 大根のドレッシング和え 清し汁(麩・三つ葉)	全粥 鮭ソテー粒マスタードソースがけ 添え(人参グラッセ) ピーマンの塩昆布和え 茄子オランダ煮	全粥 鯖の漬焼き七味がけ 添え(アスパラ) ブロッコリーサラダ 小松菜の卵炒め	全粥 鶏とアスパラのオイスター炒め * 胡麻豆腐(醤油) 南瓜の煮付け	全粥 赤魚のムニエル野菜みぞれあん * ほうれん草のゆかり和え きんぴらごぼう
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	全粥 味噌汁(里芋・さつま揚げ) チキンスティック (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(小松菜・うずまき麩) 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(麩・もやし) 三色いなり (たまご)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 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)	全粥 味噌汁(白菜・豆腐) 赤魚みりん焼き 利尻ふりかけ ソファール(元気)	全粥 味噌汁(あおさ海苔・玉葱) ウィンナーソテー (かつお)ふりかけ ソファール(元気)	
昼食	全粥 鶏肉とキャベツのうま煮 * カリフラワーとカニのサラダ わかめと人参のスープ オレンジムース	全粥 鶏のムニエル 添え(ケチャップソテー) トマトのごまドレ和え ピーマンのタラコ炒め クインシーメロン	全粥 サゴシの照り焼き 添え(ししとう) 納豆 長芋のベーコン炒め やわらか団子(サクラ)	全粥 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	全粥 鮭の塩麹焼 添え(ズッキーニ) ほうれん草の錦和え 冬瓜のクリーム煮 バナナ	全粥 レモンチキン 添え(アスパラ) パプリカのマリネ じゃがいものコンソメスープ 手作りプリン	全粥 鶏肉の甘酢照り焼き 添え(ブロッコリー) 小松菜のしらす和え ミネストローネ みかんゼリー	
夕食	全粥 鯖のゴマ味噌がけ 添え(葱) 大根のささみ和え 青梗菜とエビの炒め物	全粥 カレイの磯辺焼き 添え(黄パプリカソテー) ポテトサラダ 高野豆腐と里芋の煮付け	全粥 鶏肉のさっぱり煮 添え(人参甘煮) 卵豆腐 白菜のしらす炒め	全粥 鶏肉生姜焼 添え(葱) ブロッコリーのドレッシング和え 小松菜とコーンの中華スープ	全粥 蒸し鶏 梅肉ソース 添え(ブロッコリー) インゲンとツナの胡麻マヨ和え 清し汁(三つ葉・ふかし)	全粥 エビのチリ炒め * カリフラワーサラダ キャベツの卵炒め	全粥 鯖のバター醤油焼き 添え(インゲン) * キャロットラペ 大根のそぼろ煮	
一日合計								