

2026年08月01日(土) ～ 2026年08月15日(土)
常食

献立表

	1日(土)		2日(日)		3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)	
朝	味噌汁(さつま揚げ・わかめ・葱) 肉詰めいなり ゆかり ソファール(元気)		味噌汁(ふかし・玉葱) 赤魚みりん焼き (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)		味噌汁(白菜・人参) 白身魚のふんわり天 旅行の友 ソファール(元気)		味噌汁(茄子・葱) やわらかチキン照焼風 たいみそ ソファール(元気)		味噌汁(里芋・人参) チキンナゲット 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(大根・ほうれん草) さばみりん焼き (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)		味噌汁(じゃがいも・わかめ) チキンスティック (のりごま)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(青梗菜・うずまき麩) スクランブルエッグ のり佃煮 ソファール(元気)	
昼	鶏の酒蒸し 添え(アスパラ) オクラの辛子和え 茄子のカニあんかけ ようかん		太刀魚の西京漬け焼き 添え(ズッキーニ) マカロニサラダ ミニシューマイ 西瓜		鶏の塩麹焼 添え(人参グラッセ) いんげんのナムル コンニャクの炒り煮 バナナムース		鮭の照り煮 添え(オクラ) 大根と人参の酢の物 じゃがいものカレー炒め 手作りほうじ茶プリン		* 総菜パン(メンチカツ・卵) * 菜の花のマヨ和え カリフラワーのベーコン煮 ミルミルス		赤魚のカリバタソテー 添え(ししとう) キャベツとトマトのサラダ 厚揚げと人参の煮付け 手作りチョコプリン		* 醤油ラーメン * 人参のツナ和え * 白桃ゼリー		鯖の生姜煮 添え(さつまいも) カリフラワーサラダ 焼き茄子 抹茶ようかん	
タ	サゴシの生姜煮 添え(青梗菜) カリフラワーとハムのサラダ 高野豆腐卵とじ		牛肉のトマト煮 菜の花のわさび和え 南瓜のそぼろあんかけ		ほっけの磯辺焼き 添え(ししとう) 小松菜の錦和え パブリカのウインナーソテー		豚肉ソテー(オニオンソースかけ) 添え(ブロッコリー) もやしのおかか和え チンゲン菜の麻婆炒め	鯖の竜田揚げ 添え(ブロッコリー) もやしのおかか和え チンゲン菜の麻婆炒め	焼き鳥(ねぎま)風 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮	カニ玉あんかけ 胡麻豆腐(醤油) さつまいものレモン煮	鶏肉のクリームソースかけ * ブロッコリーのしらす和え 小松菜と玉葱の中華スープ	鰻の梅煮 添え(人参) * ブロッコリーのしらす和え 小松菜と玉葱の中華スープ	カレイのムニエル 添え(アスパラ) 白菜の甘酢和え もやしとパブリカの炒め物	だし巻き玉子 添え(卸し) 白菜の甘酢和え もやしとパブリカの炒め物	鶏肉の葱塩炒め いんげんのなめ茸和え 冬瓜のコンソメ煮	

	9日(日)		10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)		15日(土)			
朝	味噌汁(豆腐・あおさ) 赤魚みりん焼き (たまご)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(冬瓜・わかめ) やわらかからあげのあんかけ 金山寺味噌 ソフール(元気)		味噌汁(ほうれん草・玉葱) 柳さわら西京焼き 利尻ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(白菜・人参) 大豆の豆乳クリーム煮 (かつお)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(里芋・わかめ) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソフール(元気)		味噌汁(人参・さつま揚げ) ウィンナーソテー 芽株佃煮 ソフール(元気)		味噌汁(じゃがいも・海苔) やわらかチキン照焼風 ゆかり ソフール(元気)			
昼	メルルーサのみぞれ煮 添え(アスパラ) もやしのささみ和え ズッキーニのチーズ焼き マスカットゼリー		鮭の味噌漬け焼き 添え(ほうれん草) ブロッコリーのかにマヨ和え 大根のそぼろあんかけ みたらし団子風デザート		豚肉の山椒漬け焼き 添え(いんげん) 小松菜のたらこ和え 里芋のごま味噌田楽 バニラムース		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) 添え(アスパラ) さつま芋のヨーグルトサラダ かぶのコンソメ煮		鶏の黒胡椒ダレ 添え(赤パプリカ) 青梗菜ののり佃和え じゃがいものバターソテー 手作りいちごプリン		* (冷)冷やし中華 * * 白菜とツナのとりみ煮 バナナ		鶏のムニエル 添え(アスパラ) ほうれん草の味噌マヨ和え 南瓜のレモン煮 西瓜			
夕	鶏肉の醤油漬け焼き 添え(ししとう) 小松菜の胡麻和え 長芋のバター炒め		肉団子シチュー パプリカの塩昆布和え 菜の花の卵炒め		スズキの照り焼き 添え(カリフラワー) 卵豆腐 キャベツと鶏肉の煮物		和風麻婆豆腐 * 茄子の揚げ浸し ビーマンのオイスター炒め	金目鯛の生姜煮 添え(いんげん) 茄子の揚げ浸し ビーマンのオイスター炒め	太刀魚の味噌煮 添え(花豆腐桃) オクラのわさび和え 茶碗蒸し	豆腐(ハンバーグ照り焼きソース) 添え(花豆腐桃) オクラのわさび和え 茶碗蒸し	ほっけの塩焼き 添え(オクラ) * 小松菜のとうろ昆布和え 大根の肉味噌かけ	豚肉のオイスターソース炒め * 小松菜のとうろ昆布和え 大根の肉味噌かけ	赤魚の甘酢あんかけ カリフラワーサラダ 冬瓜とふかしの煮付け			

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戴く場合があります。