

2026年08月16日(日) ～ 2026年08月31日(月)
常食

献立表

	16日(日)		17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)	
朝	味噌汁(わかめ・麩) 三色いなり 旅行の友 ソファール(元気)		味噌汁(白菜・うす揚げ) やわらからあげのあんかけ (卵風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)		味噌汁(さつまいも・ほうれん草) 玉子の中華あんかけ たいみそ ソファール(元気)		味噌汁(里芋・ふかし) 信田巻き (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(元気)		味噌汁(大根・人参) フランクフルト 海苔香味ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(南瓜・玉葱) やわらからあげのあんかけ (のりごま)ふりかけ ソファール(元気)		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)		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)	
昼	鯖の磯辺焼き 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		カレイのおろし煮 ゴボウサラダ 菜の花のバター炒め やわらか団子(サクラ)		タンドリーチキン 添え(ししとう) 小松菜の胡麻和え じゃが芋のそぼろあんかけ メロンムース		* サンドイッチ(ハム・ツナ) ブロッコリーのピーナッツ和え コーンポタージュ 飲む野菜と果実 マンゴー味		サゴシの味噌煮 添え(小松菜) アスパラの錦和え 白菜の中華炒め 白ようかん		* 和風スパゲティ * レタスサラダ * バニラムース		はちみつ照り焼きチキン 添え(人参グラッセ) ほうれん草のなめ茸和え 錦糸えびしんじょう バナナ		ほっけの漬け焼き 添え(ブロッコリー) 白菜の梅菜和え 厚揚げの煮物 芋ようかん	
タ	鰯の漬け焼き七味がけ 添え(小松菜) ブロッコリーのハムサラダ オニオンスープ		焼き餃子 添え(アスパラ) もやしのツナサラダ 南瓜のレモン煮		メルルーサのムニエル 添え(カリフラワー) オクラのゆかり和え パプリカのウィンナー炒め	豚肉の西京漬け焼き 添え(カリフラワー) オクラのゆかり和え パプリカのウィンナー炒め	鮭のオイル蒸し キャベツの塩昆布和え 豆腐といんげんの含め煮	青椒肉絲 キャベツの塩昆布和え 豆腐といんげんの含め煮	ビーフカレー * カリフラワーのたらこ和え 青梗菜と海老の炒め物	鯖の梅しそソースがけ 添え(人参甘煮) カリフラワーのたらこ和え 青梗菜と海老の炒め物	蒸し鶏 ネギ塩レモン 添え(ピーマンソテー) ふかしとわかめの胡麻和え 卵のコンソメスープ	鰯の南蛮漬け * ふかしとわかめの胡麻和え 卵のコンソメスープ	赤魚の塩麹焼 添え(青梗菜) ポテトサラダ 冬瓜のカニあんかけ		鶏井 温泉卵 小松菜のボン酢和え 味噌汁(麩・三つ葉)	
	24日(月)		25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)		29日(土)		30日(日)		31日(月)	
朝	味噌汁(キャベツ・大根) 信田巻き 金山寺味噌 ソファール(元気)		味噌汁(さつまいも・わかめ) 赤魚みりん焼き 利尻ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(小松菜・里芋) あんぺい君 (かつお)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(白菜・生揚げ) 卵巻ウィンナー (たらこ)ふりかけ ソファール(元気)		味噌汁(玉葱・うずまき麩) 大豆の豆乳クリーム煮 芽株佃煮 ソファール(元気)		味噌汁(冬瓜・人参) 肉詰めいなり ゆかり ソファール(元気)		味噌汁(大根・青梗菜) 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)		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)	
昼	豚肉の山椒漬け焼き 添え(ししとう) 青梗菜のしらす和え じゃがいものカレースープ煮 あんころ餅風デザート		スズキのバター醤油ソテー 添え(ほうれん草) いんげんのゆかり和え 豆腐と水菜の中華スープ ピーチムース		米粉ロール チョコブラック&ホワイト ポークソテー(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		鮭の味噌漬け焼き 添え(青梗菜) 蒸し茄子のお浸し カリフラワーの中華煮 手作りほうじ茶プリン		* 梅おろしそば * * ミニシューマイ やわらか団子(黒ごま)		シイラの香草焼き 添え(アスパラ) 白菜の生姜和え ジャガイモのそぼろあんかけ ココアムース		鶏肉と麩のブルコギ風 冷奴 ほうれん草のベーコン炒め バナナ		豚肉と玉葱のカレー炒め 菜の花のツナ和え 長芋のガーリック炒め くず餅風デザート	
タ	(巡回食)ハントナイス風 添え(タルタルソース) オクラのおかか和え 冬瓜のそぼろあんかけ		ミートローフ 添え(アスパラ) カリフラワーとアボカドのサラダ 白菜のベーコン煮	太刀魚のみぞれ煮 添え(ししとう) カリフラワーとアボカドのサラダ 白菜のベーコン煮	鰯(魚)の甘酢あんかけ(16g〜9g) * ほうれん草のわさび和え	鶏肉のガーリック漬け焼き 添え(赤パプリカ・玉葱) ほうれん草のわさび和え	肉じゃが * 卵豆腐 ピーマンと竹輪の炒め物	赤魚のチーズパン粉焼き 添え(ブロッコリー) ビーマンと竹輪の炒め物	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 長芋のバター炒め	豚肉生姜焼き 添え(ししとう) 菜の花の辛子マヨ和え 長芋のバター炒め	親子丼 もやしとわかめの酢の物 漬汁(うす揚げ・三つ葉)		太刀魚の梅煮 添え(カリフラワー) ピーマンの塩昆布和え 茄子のオランダ煮		鰯の漬け焼き七味がけ 添え(アスパラ) ブロッコリーサラダ 小松菜の卵炒め	

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。