

掲示用献立表

極軟菜食（Aメニュー）

日付	2026年08月16日(日)	2026年08月17日(月)	2026年08月18日(火)	2026年08月19日(水)	2026年08月20日(木)	2026年08月21日(金)	2026年08月22日(土)	2026年08月23日(日)
朝食	全粥 味噌汁(わかめ・麩) 三色いなり 旅行の友 ソファール(元気)	全粥 味噌汁(白菜・うす揚げ) やわらか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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(南瓜・玉葱) やわらかからあげのあんかけ (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)
昼食	全粥 鯖の磯辺蒸し 添え(オクラ) 胡麻豆腐(ごまドレ) ピーマンと卵のコンソメ煮 栗ようかん	全粥 カレイのおろし煮 カリフラワーのドレッシング和え 菜の花のバター炒め煮 やわらか団子(サクラ)	全粥 鶏肉のカレー蒸し 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	全粥 鶏のケチャップ煮 ブロッコリーのピーナッツ和え コーンポタージュ ココアムース	全粥 サゴシの味噌煮 添え(小松菜) アスパラの錦和え 白菜の中華煮 白ようかん	全粥 太刀魚の塩蒸し 添え(オクラ) 菜の花のマヨ和え 茄子の麻婆炒め煮 バニラムース	全粥 はちみつ照り蒸しチキン 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	全粥 ほっけの漬け蒸し 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
夕食	全粥 鶏の漬け蒸し七味がけ 添え(小松菜) ブロッコリーのハムサラダ オニオンスープ	全粥 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	全粥 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 パプリカの炒め煮	全粥 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	全粥 チキンカレー * カリフラワーのたらこ和え 青梗菜と海老の炒め煮	全粥 蒸し鶏 ネギ塩レモン 添え(ピーマン・玉葱) ふかしとわかめの胡麻和え 卵のコンソメスープ	全粥 赤魚の塩麴蒸し 添え(青梗菜) ポテトサラダ 冬瓜のカニあんかけ	全粥 鶏丼 温泉卵 小松菜のポン酢和え 味噌汁(麩・三つ葉)
一日合計								
日付	2026年08月24日(月)	2026年08月25日(火)	2026年08月26日(水)	2026年08月27日(木)	2026年08月28日(金)	2026年08月29日(土)	2026年08月30日(日)	2026年08月31日(月)
朝食	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(小松菜・里芋) あんべい君 (かつお)ふりかけ ソファール(元気)	全粥 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)	全粥 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)	全粥 味噌汁(冬瓜・人参) 肉詰めいなり ゆかり ソファール(元気)	全粥 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)	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)
昼食	全粥 鶏肉の山椒漬け蒸し 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	全粥 スズキのバター醤油蒸し 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	全粥 * 蒸し鶏のおろしソースがけ 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	全粥 鶏のムニエル 添え(ブロッコリー) 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 シイラの香草蒸し 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	全粥 鶏肉と麩のプルコギ風煮 冷奴 ほうれん草のベーコン煮 バナナ	全粥 鶏肉と玉葱のカレー炒め煮 菜の花のツナ和え 長芋の甘煮 くず餅風デザート
夕食	全粥 鯖のオリーブオイル蒸し 添え(ピーマン・人参) オクラのおかか和え 冬瓜のそぼろあんかけ	全粥 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 白菜のコンソメ煮	全粥 蒸し魚の甘酢あんかけ(メルルーサ) * ほうれん草のわさび和え 人参の卵とじ	全粥 鶏じゃが * 卵豆腐 ピーマンと竹輪の炒め煮	全粥 カレイの照り煮 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煮	全粥 親子丼 もやしとわかめの酢の物 清し汁(うす揚げ・三つ葉)	全粥 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	全粥 鯖の漬け蒸し七味がけ 添え(アスパラ) ブロッコリーサラダ 小松菜の卵とじ
一日合計								