

掲示用献立表

まとまりマッシュ(重軟) (A メニュー)

日付	2026年09月16日(水)	2026年09月17日(木)	2026年09月18日(金)	2026年09月19日(土)	2026年09月20日(日)	2026年09月21日(月)	2026年09月22日(火)	2026年09月23日(水)
朝食	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g
昼食	軟飯180g (ま)チーズオムレツ (ま)カリフラワーの青じそサラダ 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)カレイの煮付け (ま)ほうれん草の胡麻和え (ま)茄子のにんにく炒め パニラムース	軟飯180g (ま)豚肉のオイスター炒め (ま)白菜のサウザンサラダ 豆腐の卵とじ 桃ヨーグルト	軟飯180g (ま)鶏肉と野菜の味噌煮 (ま)もやしのなめ茸和え (ま)アスパラの炒め物 芋ようかん	軟飯180g (ま)鯖のソース焼き (ま)小松菜のお浸し (ま)カリフラワーの和風トマト煮 ぶどうムース	軟飯180g (ま)回鍋肉 冷奴【ごまダレ】 (ま)ほうれん草の中華煮 バナナミキサー	軟飯180g (ま)レモンチキン (ま)カリフラワーのフレンチサラダ (ま)さつまいもの大学芋風 オレンジヨーグルト	軟飯180g (ま)ハンバーグ【ケチャップ】 (ま)ブロッコリーのドレッシング和え コーンクリームポタージュ 手作り杏仁豆腐
夕食	軟飯180g (ま)鮭のハニーマスタード焼き (ま)もやしのナムル (ま)じゃがいもの味噌煮	軟飯180g (ま)肉団子の甘酢あん (ま)キャベツの海苔和え (ま)ブロッコリーのコンソメ煮	軟飯180g (ま)赤魚のバター醤油ソテー (ま)パプリカとキノコのマリネ (ま)南瓜のいとこ煮	軟飯180g (ま)カニ玉あんかけ (ま)青梗菜のマヨ和え (ま)切り干し煮	軟飯180g (ま)ハヤシライス (ま)いんげんの青じそ和え (ま)キャベツの煮物	軟飯180g (ま)サゴシの生姜煮 (ま)オクラのツナ和え (ま)ブロッコリーのオイスター炒め	軟飯180g (ま)シイラのおろし玉ネギ漬焼 (ま)アスパラのゆかり和え (ま)焼き茄子	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)玉葱のコンソメ煮
一日合計								
日付	2026年09月24日(木)	2026年09月25日(金)	2026年09月26日(土)	2026年09月27日(日)	2026年09月28日(月)	2026年09月29日(火)	2026年09月30日(水)	
朝食	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	
昼食	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 くず餅風デザート	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 お月見デザート	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 抹茶ようかん	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 ビーチムース	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 ぶどうミキサー	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 手作りほうじ茶プリン	
夕食	軟飯180g (ま)豚肉のガーリック焼き (ま)ジャガイモの胡麻サラダ (ま)いんげんの豆乳煮	軟飯180g (ま)鶏肉の塩ダレ焼き (ま)オクラのなめ茸和え (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								