

# 掲示用献立表

## ミキサー食（Aメニュー）

| 日付   | 2026年10月01日(木)                                                      | 2026年10月02日(金)                                                 | 2026年10月03日(土)                                            | 2026年10月04日(日)                                                  | 2026年10月05日(月)                                                 | 2026年10月06日(火)                                                 | 2026年10月07日(水)                                                   | 2026年10月08日(木)                                                  |
|------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 朝食   | 全粥<br>味噌汁(大根・ほうれん草)<br>茶碗蒸し(かに)<br>(明太風味)ごはんに合うソース<br>ソファール(元気)     | 全粥<br>味噌汁(玉葱・うす揚げ)<br>やわらか俱(すき焼き)<br>芽株佃煮<br>ソファール(元気)         | 全粥<br>味噌汁(菜の花・うずまき麩)<br>茶碗蒸し(ゆず)<br>のり佃煮<br>ソファール(元気)     | 全粥<br>味噌汁(冬瓜・あおさ)<br>やわらかカップ(いとより鯛)<br>金山寺味噌<br>ソファール(元気)       | 全粥<br>味噌汁(キャベツ・ふかし)<br>茶碗蒸し(とり)<br>(卵風味)ごはんに合うソース<br>ソファール(元気) | 全粥<br>味噌汁(じゃがいも・玉葱)<br>やわらか俱(ビーフシチュー)<br>たいみそ<br>ソファール(元気)     | 全粥<br>味噌汁(白菜・麩)<br>やわらかカップ(ほたて)<br>うめびしお<br>ソファール(元気)            | 全粥<br>味噌汁(里芋・青梗菜)<br>茶碗蒸し(まつたけ)<br>(明太風味)ごはんに合うソース<br>ソファール(元気) |
| 昼食   | ミキサー粥<br>ポークソテー【アップルソース】<br>いんげんのさっぱり和え<br>じゃがいものコンソメ煮<br>ストロベリームース | ミキサー粥<br>餃子のスープ煮<br>ブロッコリーのサウザンサラダ<br>キノコのオイスター炒め<br>白ぶどうヨーグルト | ミキサー粥<br>赤魚の生姜煮<br>アスパラのトマトサラダ<br>青梗菜のバターソテー<br>白ようかん     | ミキサー粥<br>鶏肉の甘酢あん<br>小松菜のツナ和え<br>焼き茄子<br>メロンムース                  | ミキサー粥<br>カレイのバター醤油焼き<br>キャベツのマヨ和え<br>ひじき煮<br>パインミキサー           | ミキサー粥<br>鯖の味噌煮<br>パプリカと玉葱のマリネ<br>アスパラのにんにく炒め<br>りんごヨーグルト       | ミキサー粥<br>シイラのレモン焼き<br>ほうれん草のピーナッツ和え<br>コーンクリームポタージュ<br>手作りいちごプリン | ミキサー粥<br>松風焼き<br>オクラのナムル<br>キャベツのトマト煮<br>さくら餅風デザート              |
| 夕食   | ミキサー粥<br>シイラの煮付け<br>もやしのごま和え<br>キャベツのガーリックソテー                       | ミキサー粥<br>スズキのマヨネーズ焼き<br>菜の花の海苔和え<br>切り干し煮                      | ミキサー粥<br>お好み焼き風オムレツ<br>オクラとハムの和え物<br>カリフラワーの中華煮           | ミキサー粥<br>鮭の照り焼き<br>白菜のゆかり和え<br>里芋の味噌煮                           | ミキサー粥<br>ハンバーグ【おろしポン酢】<br>豆腐サラダ<br>ブロッコリーのたらこ煮                 | ミキサー粥<br>豚肉のソース焼き<br>もやしのなめ茸和え<br>南瓜の煮物                        | ミキサー粥<br>親子煮<br>カリフラワーのオーロラ和え<br>いんげんのハム炒め                       | ミキサー粥<br>スズキのクリーム煮<br>青梗菜のさっぱり和え<br>じゃがいものカレーソテー                |
| 一日合計 |                                                                     |                                                                |                                                           |                                                                 |                                                                |                                                                |                                                                  |                                                                 |
| 日付   | 2026年10月09日(金)                                                      | 2026年10月10日(土)                                                 | 2026年10月11日(日)                                            | 2026年10月12日(月)                                                  | 2026年10月13日(火)                                                 | 2026年10月14日(水)                                                 | 2026年10月15日(木)                                                   |                                                                 |
| 朝食   | 全粥<br>味噌汁(玉葱・さつま揚げ)<br>やわらか俱(肉じゃが)<br>芽株佃煮<br>ソファール(元気)             | 全粥<br>味噌汁(じゃがいも・わかめ)<br>やわらか俱(からあげ)<br>のり佃煮<br>ソファール(元気)       | 全粥<br>味噌汁(大根・キャベツ)<br>やわらか俱(白身魚煮付け)<br>金山寺味噌<br>ソファール(元気) | 全粥<br>味噌汁(小松菜・うす揚げ)<br>茶碗蒸し(かつお)<br>(卵風味)ごはんに合うソース<br>ソファール(元気) | 全粥<br>味噌汁(さつまいも・玉葱)<br>やわらか俱(カレー)<br>たいみそ<br>ソファール(元気)         | 全粥<br>味噌汁(里芋・ほうれん草)<br>やわらか俱(クリームシチュー)<br>うめびしお<br>ソファール(元気)   | 全粥<br>味噌汁(豆腐・白菜)<br>茶碗蒸し(かに)<br>(明太風味)ごはんに合うソース<br>ソファール(元気)     |                                                                 |
| 昼食   | ミキサー粥<br>鶏肉の梅チーズ焼き<br>ブロッコリーのフレンチサラダ<br>白菜のコンソメ煮<br>桃ヨーグルト          | ミキサー粥<br>豚肉の生姜焼き<br>アスパラのマヨ和え<br>湯豆腐【ポン酢】<br>やわらか団子(黒ごま)       | ミキサー粥<br>たらこ卵焼き<br>パプリカのツナ和え<br>菜の花の甘辛煮<br>いちごムース         | ミキサー粥<br>鶏肉の胡麻味噌蒸し<br>いんげんの生姜醤油和え<br>カリフラワーと人参の煮物<br>マンゴーミキサー   | ミキサー粥<br>豚肉のさっぱり煮<br>豆腐のシーザーサラダ<br>アスパラのケチャップ炒め<br>オレンジヨーグルト   | ミキサー粥<br>チーズオムレツ<br>カリフラワーの青じそサラダ<br>コーンクリームポタージュ<br>手作りチョコプリン | ミキサー粥<br>カレイの煮付け<br>ほうれん草の胡麻和え<br>茄子のにんにく炒め<br>ココアムース            |                                                                 |
| 夕食   | ミキサー粥<br>赤魚の中華蒸し<br>いんげんの胡麻和え<br>茄子のバター炒め                           | ミキサー粥<br>カレイのみぞれ煮<br>小松菜のゆかり和え<br>もやしのオイスター炒め                  | ミキサー粥<br>焼き肉風<br>白菜のお浸し<br>キノコの中華煮                        | ミキサー粥<br>鯖の塩麹焼き<br>茄子のなめ茸和え<br>さつまいものレモン煮                       | ミキサー粥<br>シイラのみりん焼き<br>オクラのポン酢和え<br>里芋の豆乳煮                      | ミキサー粥<br>鮭のハニーマスタード焼き<br>もやしのナムル<br>じゃがいもの味噌煮                  | ミキサー粥<br>肉団子の甘酢あん<br>キャベツの海苔和え<br>ブロッコリーのコンソメ煮                   |                                                                 |
| 一日合計 |                                                                     |                                                                |                                                           |                                                                 |                                                                |                                                                |                                                                  |                                                                 |