掲示用献立表

極軟菜食（Ａメニュー）

日付	2026年11月01日(日)	2026年11月02日(月)	2026年11月03日(火)	2026年11月04日(水)	2026年11月05日(木)	2026年11月06日(金)	2026年11月07日(土)	2026年11月08日(日)
朝食	全粥 味噌汁(もやし・麸) 三色いなり (たまご)ふりかけ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(里芋・青梗菜) チキンスティック 金山寺味噌 ソフール(元気)	全粥 味噌汁(豆腐・白菜) 柳さわら西京焼き 利尻ふりかけ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(あおさ海苔・玉葱) やわらからあげのあんかけ (かつお)ふりかけ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(さつまいも・キャベツ) 白身魚のふんわり天 芽株佃煮 ソフール(元気)	全粥 味噌汁(冬瓜・ほうれん草) さば塩焼き (たらこ)ふりかけ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(大根・わかめ) フランクフルト うめびしお ソフール(元気)	全粥 味噌汁(茄子・麸) やわらかチキン照焼風 (卵風味)ごはんに合うソース ソフール(元気)
昼食	全粥 メルルーサのカレームニエル 添え(いんげん) キャベツのポン酢和え オニオンスープ 抹茶ようかん	全粥 蒸し鶏(梅肉ソース) 添え(オクラ) ほうれん草の錦和え 寄せゆばけんちん バナナ	全粥 ハンバーグ(デミソース) 添え(いんげん) パプリカのマリネ じゃがいものコンソメ煮 手作りプリン	全粥 鶏肉のレモン蒸し 添え(ブロッコリー) 小松菜のしらす和え 野菜スープ みかんゼリー	全粥 カレイの磯辺蒸し 添え(オクラ) 青梗菜のたらこ和え かき玉汁 りんご	全粥 鶏肉のオイスター煮 添え(小松菜) ブロッコリーの海苔和え じゃが芋の甘辛煮 ぶどうムース	全粥 サゴシの照り蒸し 添え(オクラ) キャベツのサウザンサラダ ほうれん草とパプリカの中華煮 マスカットゼリー	全粥 鮭のみりん漬け蒸し 添え(アスパラ) オクラのおかか和え 南瓜のそぼろあんかけ 芋ようかん
夕食	全粥 鶏肉の生姜煮 ブロッコリーのドレッシング和え 小松菜の中華煮	全粥 鮭の塩麹蒸し 添え(ブロッコリー) アスパラの胡麻マヨ和え 清し汁(三つ葉・ふかし)	全粥 エビのチリソース煮 ＊ オクラと竹輪のおかか和え キャベツの鶏肉の煮物	全粥 鯖のバター醤油蒸し 添え(もやし) 蒸し茄子のお浸し 長芋とさつま揚げの煮物	全粥 キーマカレー カリフラワーとささみのサラダ 菜の花のバターソテー	全粥 白身魚のガリバタムニエル 添え(いんげん) レタスサラダ 茄子のオランダ煮	全粥 チキンのブラウンシチュー 小松菜のゆかり和え 冬瓜とふかしの煮付け	全粥 蒸し鶏の韓国風ソースがらめ 添え(ブロッコリー) 青梗菜のマヨネーズ和え かぶの中華煮
一日合計								

日付	2026年11月09日(月)	2026年11月10日(火)	2026年11月11日(水)	2026年11月12日(木)	2026年11月13日(金)	2026年11月14日(土)	2026年11月15日(日)
朝食	全粥 味噌汁(白菜・ふかし) 信田巻き 旅行の友 ソフール(元気)	全粥 味噌汁(キャベツ・玉葱) ボイルウィンナー たいみそ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(里芋・長葱) 大豆と野菜のカレー煮 海苔香味ふりかけ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(茄子・玉葱) 赤魚みりん焼き (明太風味)ごはんに合うソース ソフール(元気)	全粥 味噌汁(ほうれん草・薄揚げ) プレーンオムレツ (のりごま)ふりかけ ソフール(元気)	全粥 味噌汁(大根・人参) さばみりん焼き のり佃煮 ソフール(元気)	全粥 味噌汁(白菜・ふかし) フランクフルト (たらこ)ふりかけ ソフール(元気)
昼食	全粥 タンドリーチキン 添え(いんげん) 菜の花の生姜和え 長芋と海老の煮物 いちごムース	全粥 鶏肉のタレ煮 カリフラワーの梅肉和え じゃがいものスープ煮 あんころ餅風デザート	全粥 鶏肉のガーリック蒸し 添え(ほうれん草) もやしとアボカドのサラダ アスパラの中華スープ 白桃ゼリー	全粥 カレイの漬け蒸し七味がけ 添え(いんげんグラッセ) タコとわかめの酢の物 キャベツとささみの煮物 みかんゼリー	全粥 スズキの香草蒸し 添え(もやし) 白菜のマヨ和え 里芋の中華煮 くず餅風デザート	全粥 鶏肉の甘酢照り煮 添え(オクラ) カリフラワーのドレッシング和え じゃがいものコンソメ煮 メロンムース	全粥 鮭の野菜蒸し ＊ 長芋とろろ エビと菜の花の旨煮 抹茶ようかん
夕食	全粥 太刀魚の味噌煮 添え(ほうれん草) アスパラの錦和え 厚揚げともやしのオイスター煮	全粥 赤魚の粕漬け蒸し 添え(ほうれん草) 納豆 けんちん汁	全粥 シイラの生姜醤油蒸し 添え(ブロッコリー) 青梗菜のお浸し 冬瓜のカニあんかけ	全粥 蒸し鶏の塩だれがけ 添え(ピーマンソテー) 小松菜の和え物 サツマイモの甘露煮	全粥 蒸し鶏と青梗菜のバター醤油煮 ブロッコリーのツナ和え アスパラとウィンナーのスープ	全粥 ほっけの漬け蒸し 添え(青梗菜) 卵豆腐 麻婆茄子	全粥 蒸し鶏の味噌マスタードがけ 添え(アスパラ) ほうれん草のお浸し 冬瓜と豆腐の煮付け
一日合計							