# 掲示用献立表

## ミキサー食（ A メニュー ）

| 日付 | 2026年11月16日(月) | 2026年11月17日(火) | 2026年11月18日(水) | 2026年11月19日(木) | 2026年11月20日(金) | 2026年11月21日(土) | 2026年11月22日(日) | 2026年11月23日(月) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝食 | ミキサー粥<br>味噌汁(小松菜・麸)<br>茶碗蒸し(とり)<br>(卵風味)ごはんに合うｿｰｽ<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(茄子・葱)<br>やわらか倶(ビーフシチュー)<br>たいみそ<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(大根・わかめ)<br>やわらかカップ(ほたて)<br>うめびしお<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(玉葱・あおさ)<br>茶碗蒸し(まつたけ)<br>(明太風味)ごはんに合うｿｰｽ<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(ほうれん草・麸)<br>やわらか倶(肉じゃが)<br>芽株佃煮<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(キャベツ・わかめ)<br>やわらか倶(からあげ)<br>のり佃煮<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(さつまいも・さつま揚げ)<br>やわらか倶(白身魚煮付け)<br>金山寺味噌<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(白菜・人参)<br>茶碗蒸し(かつお)<br>(卵風味)ごはんに合うｿｰｽ<br>ソフール(元気) |
| 昼食 | ミキサー粥<br>回鍋肉<br>冷奴【ごまダレ】<br>ほうれん草の中華煮<br>ぶどうミキサー | ミキサー粥<br>レモンチキン<br>キャベツのフレンチサラダ<br>さつまいもの大学芋風<br>オレンジヨーグルト | ミキサー粥<br>ハンバーグ【ケチャップ】<br>白菜のドレッシング和え<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>赤魚の粕漬け焼き<br>菜の花の酢味噌和え<br>ひじき煮<br>くず餅風デザート | ミキサー粥<br>オムレツ【デミグラスソース】<br>豆腐のサウザンサラダ<br>ブロッコリーと人参の煮物<br>白ぶどうヨーグルト | ミキサー粥<br>スズキの西京焼き<br>パプリカと玉葱のマリネ<br>ほうれん草の煮浸し<br>白ようかん | ミキサー粥<br>すき焼き風煮<br>オクラのマヨ和え<br>カリフラワーのたらこ煮<br>いちごムース | ミキサー粥<br>カレイのみりん焼き<br>ブロッコリーの青じそサラダ<br>南瓜の味噌煮<br>パインミキサー |
| 夕食 | ミキサー粥<br>サゴシの生姜煮<br>オクラのツナ和え<br>ブロッコリーのオイスター炒め | ミキサー粥<br>シイラのおろし玉ネギ漬焼<br>アスパラのゆかり和え<br>茄子の味噌炒め | ミキサー粥<br>カレイの海苔チーズ焼き<br>ほうれん草のピーナッツ和え<br>キノコのコンソメ煮 | ミキサー粥<br>豚肉のガーリック焼き<br>ジャガイモのトマトサラダ<br>いんげんの豆乳煮 | ミキサー粥<br>鶏肉の葱塩焼き<br>キャベツのなめ茸和え<br>里芋の煮物 | ミキサー粥<br>ポークカレー<br>もやしの梅ナムル<br>アスパラの中華煮 | ミキサー粥<br>鮭の塩麹焼き<br>青梗菜の胡麻ドレ和え<br>湯豆腐【ポン酢】 | ミキサー粥<br>他人煮<br>小松菜のゆかり和え<br>茄子とベーコンのソテー |
| 一日合計 | | | | | | | | |

| 日付 | 2026年11月24日(火) | 2026年11月25日(水) | 2026年11月26日(木) | 2026年11月27日(金) | 2026年11月28日(土) | 2026年11月29日(日) | 2026年11月30日(月) | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝食 | ミキサー粥<br>味噌汁(豆腐・茄子)<br>やわらか倶(カレー)<br>たいみそ<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(里芋・玉葱)<br>やわらか倶(クリームシチュー)<br>うめびしお<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(大根・ほうれん草)<br>茶椀蒸し(かに)<br>(明太風味)ごはんに合うｿｰｽ<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(玉葱・うす揚げ)<br>やわらか倶(すき焼き)<br>芽株佃煮<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(じゃがいも・うずまき麸)<br>茶碗蒸し(ゆず)<br>のり佃煮<br>ソフール(元気) | ミキサー粥<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>ソフール(元気) | ミキサー粥<br>味噌汁(白菜・ふかし)<br>茶碗蒸し(とり)<br>(卵風味)ごはんに合うｿｰｽ<br>ソフール(元気) | |
| 昼食 | ミキサー粥<br>サゴシのみぞれ煮<br>キャベツのピーナッツ和え<br>アスパラとキノコの中華炒め<br>りんごヨーグルト | ミキサー粥<br>鯖のイタリア風<br>パプリカのオーロラ和え<br>コーンクリームポタージュ<br>手作りマンゴープリン | 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>ココアムース | 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>栗ようかん | 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>りんごムース | 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>マンゴーミキサー | |
| 夕食 | ミキサー粥<br>肉団子のトマト煮<br>白菜のフレンチサラダ<br>さつまいもの甘煮 | ミキサー粥<br>鶏肉の赤味噌焼き<br>ほうれん草のなめ茸和え<br>豆腐の卵とじ | 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 | |
| 一日合計 | | | | | | | | |