

掲示用献立表

極軟菜食

日付	2024年05月16日(木)	2024年05月17日(金)	2024年05月18日(土)	2024年05月19日(日)	2024年05月20日(月)	2024年05月21日(火)	2024年05月22日(水)	2024年05月23日(木)
朝食	全粥 味噌汁(生揚げ・白菜) 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 ソファールプレーン	全粥 味噌汁(南瓜・玉葱) ウインナーソーテー たいみそ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(うす揚げ・茄子) 大豆と野菜のカレー煮 (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(里芋・小松菜・人参) さば塩焼き 利尻ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(大根・おつゆ麩) ウインナーソーテー (たまご)ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(じゃがいも・葱) 半熟オムレツ ヘム鉄のり佃煮 ソファールプレーン	全粥 味噌汁(卵・うす揚げ) さばみりん焼き 旅行の友 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(あおさ海苔・うずまき) フランクフルト (のりごま)ふりかけ ソファールプレーン
昼食	全粥 鶏丼 辛子和え(菜の花) 清し汁(マツタケ麩) やわらか団子(黒ごま)	全粥 豆腐ハンバーグ(おろしポン酢) 添え(人参甘煮) 青じそドレッシング和え そば汁 みかんゼリー	全粥 鶏すき風煮 味噌マヨ和え(もやし) 温泉卵 キウイ	全粥 肉団子の甘辛ダレがらめ 添え(スッキーニ) 梅肉和え(オクラ) 煮付け(けんちん・冬瓜) メロンムース	全粥 肉野菜炒め 青梗菜の納豆和え 味噌汁(わかめ・人参) オレンジ	全粥 ハヤシライス おかかポン酢和え(ほうれん草) アスパラベーコン炒め パイン缶	全粥 メルルーサのムニエル 添え(人参グラッセ) サウザンサラダ(茹で) コーンクリームポタージュ いちごムース	全粥 鶏肉のソース炒め煮 フレンチドレッシング和え コンソメスープ(豆・レタス) バナナ
夕食	全粥 えび団子 添え(ししとう) シーサードレッシング和え(茹で) 里芋ごま味噌田楽	全粥 チキン南蛮風 添え(アスパラ) 胡麻豆腐(醤油) コンソメスープ(カリフラワー)	全粥 シイラのムニエルオニオンソースがけ 添え(粉吹芋) ツナ和え(法蓮草) ワカメスープ	全粥 赤魚の漬け焼きチーズがけ 添え(アスパラ) 卵豆腐 コンニャク炒り煮	全粥 サゴシの照り焼き 添え(甘煮) 中華ドレッシング和え 菜の花バター炒め	全粥 秋刀魚の焼き浸し 添え(ししとう) しらす和え(もやし) 清汁(豆腐ミツハ)	全粥 焼き肉風 練りビーナツ和え(小松菜) 揚げなすの香味ダレかけ	全粥 鮭の味噌漬け焼きチーズがけ 添え(インゲングラッセ) 黒ごま和え(オクラ) 茶碗蒸し
一日合計								
日付	2024年05月24日(金)	2024年05月25日(土)	2024年05月26日(日)	2024年05月27日(月)	2024年05月28日(火)	2024年05月29日(水)	2024年05月30日(木)	2024年05月31日(金)
朝食	全粥 味噌汁(サツマイモ・白菜) 信田巻き (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(里芋・小松菜) 赤魚みりん焼き (かつお)ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(もやし・ワカメ) やわらかチキン照焼風 ゆかり ソファールプレーン	全粥 味噌汁(豆腐・葱) 柳さわら西京焼き 海苔香味ふりかけ ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(茄子・青梗菜) ウインナーソーテー 利尻ふりかけ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(小松菜・麩) 半熟オムレツ のり佃煮 ソファール(レモン)	全粥 味噌汁(白菜・うす揚げ) 肉詰めいなり(冬瓜) たいみそ ソファールプレーン	全粥 味噌汁(玉葱・人参・さつま揚げ) さばみりん焼き (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)
昼食	全粥 鶏肉のあんかけ 冷奴 うどん汁 手作りプリン	全粥 鯖の生姜煮 添え(ふかし) ゴマ酢和え(もやし) 高野豆腐卵とじ キウイ	全粥 卵入り麻婆豆腐 ハンバーグソース和え(茹で) 煮付け(しんじょ・オクラ) 栗ようかん	全粥 豚の角煮 添え(人参甘煮) 中華ドレッシング和え コンソメスープ(白菜・玉葱) マンゴー	全粥 スズキの香味ダレかけ 添え(ししとう) シーサードレッシング和え(茹で) じゃが海苔塩炒め さくら餅風デザート	全粥 鮭のカレムニエル 添え(パプリカ) マカロニサラダ コンソメスープ(ベーコンプロッコリー) ピーチムース	全粥 サゴシのムニエルのあんかけ 添え(ししとう) ゴマ和え(菜の花) 源平煮(大根) オレンジ	全粥 シューマイ 添え(小松菜) ゴマドレッシング和え 醤油スープ キウイ
夕食	全粥 金目鯛酒蒸しみぞれあん 酢味噌和え(青梗菜) 冬瓜のコンソメ煮	全粥 チキンマトカレー煮 青じそドレッシング和え 野菜のポン酢ソーテー	全粥 かれのりの照り焼き 添え(甘煮) 辛子和え(菜の花) 鶏汁	全粥 しいらのバター醤油ソーテー 添え(アスパラ) ほうれん草鶏マヨ和え 含め煮(いんげん・冬瓜)	全粥 焼き餃子 添え(モヤシ) おろし和え(カニカマ) 中華風かき玉汁	全粥 鶏のムニエル中華ソースがけ 添え(ミックスベジタブル) もやしと竹輪の塩昆布和え 里芋煮	全粥 水晶鶏 おからポテトサラダ 清し汁(ふかし昆布)	全粥 メルルーサパン粉焼き 添え(アスパラ) オクラの納豆和え 冬瓜くず煮
一日合計								