

2024年03月01日(金) ~ 2024年03月15日(金)

常食

献立表

	1日(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)					
朝	味噌汁(わかめ・うずまき麩) 半熟オムレツ 旅行の友 ソファール(レモン)	味噌汁(茄子・小松菜) 肉詰めいなり(冬瓜) (卵風味)ごはんに合うソース ソファールプレーン	味噌汁(生揚げ・モヤシ) 信田巻き 海苔香味ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(じゃがいも・白菜) 柳さわら西京焼き (たらこ)ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(里芋・玉葱) ウィンナーソーテー たいみそ ソファールプレーン	味噌汁(南瓜・うす揚げ) やわらかチキン照焼風 のり佃煮 ソファール(レモン)	味噌汁(わかめ・おつゆ麩) さば塩焼き 利尻ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(小松菜・サツマイモ) あんぺい君(コンソメ) ゆかり ソファール(レモン)					
昼	カレーうどん ゴマドレッシング和え ストロベリームース	ほっけの塩焼き 添え(甘煮) もやしの味噌マヨ和え 煮付け(さつま揚げ・隠元) オレンジ	ミートボールケチャップ炒め なめ苺和え(青梗菜) 南瓜いとこ煮 マンゴープリン	鶏肉と麩のブルコギ風炒め フレンチドレッシング和え(茹で) 冬瓜のコンソメ煮 ゴールドデンキウイ	タンドリーチキン 添え(ズッキーニ) 中華ドレッシング和え (法)ポテトグラタン バナナ	バターロール はちみつ&マーガリン オムレツ(デミグラスソース) シーザードレッシング和え ミルクスープ(アスパラ・じゃがいも) ジョア(ブルーベリー)	すずきの揚げ和風あんかけ のり佃煮和え(きやべつ) 卵のコンソメスープ 抹茶ようかん	焼きそば えびシューマイ やわらか団子(黒ごま)					
夕	鯖のオイスター漬け焼き 添え(黄パプリカ) 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(麩・里芋)	豚肉の味噌漬け焼き 添え(黄パプリカ) 胡麻豆腐(醤油) 煮付け(麩・里芋)	クリームシチュー リザンドレッシング和え(茹で) スクランブルエッグ	しらすの卵とじ ほうれん草ゆかり和え アスパラベーコン炒め	海鮮ちらし寿司 辛子和え(菜の花) 清汁 さくら餅風デザート	エビ玉オープン焼き 添え(人参甘煮) とろろ昆布和え(小松菜) 中華スープ(豆腐・ハム)	鶏竜田揚げ 添え(人参甘煮) とろろ昆布和え(小松菜) 中華スープ(豆腐・ハム)	赤魚の中華蒸し ビーナッツ和え(もやし・人参) なす揚げ浸し(温)	松風焼き 添え(野菜ソテー) ビーナッツ和え(もやし・人参) なす揚げ浸し(温)	おでん 胡麻和え(ほうれん草) 卵豆腐	牛丼 胡麻和え(ほうれん草) 卵豆腐	トマトチーズオムレツ 添え(ズッキーニ) 青じそドレッシング和え コーンクリームホタテジュ	茄子のはさみ揚げ 添え(ズッキーニ) 青じそドレッシング和え コーンクリームホタテジュ

	9日(土)	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)						
朝	味噌汁(青梗菜・さつま揚げ) 大豆の豆乳クリーム煮 (かつお)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(白菜・卵) 赤魚みりん焼き (のりごま)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(生揚げ・カブ) 半熟オムレツ (明太風味)ごはんに合うソース ソファール(レモン)	味噌汁(小松菜・豆腐) 信田巻き (たまご)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(大根・うす揚げ) やわらかあげのあんかけ(和) 旅行の友 ソファール(レモン)	味噌汁(きやべつ・人参) フランクフルト (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(里芋・あおさ海苔) さばみりん焼き ゆかり ソファール(レモン)						
昼	鶏の赤味噌だれがけ 添え(ししとう) もやし塩昆布和え いかと里芋の煮付 パイナップル	わかめご飯 ふくらぎの生姜煮 添え(ふかし) お浸し(法蓮草) 味噌汁(大根・三つ葉) レアチーズ	鯖(サバ)の味噌煮 添え(青梗菜) キャベツ鶏マヨ和え 冬瓜くず煮 メロンゼリー	ポークソーテー おろしソース 添え(黄パプリカ) 拌三絲(ハンサンスー) 中華スープ(白菜) バナナ	サンドイッチ シーザードレッシング和え コンソメスープ コーヒー牛乳	かおりご飯 醤油焼き(金目鯛) 添え(ししとう) ビーナッツ和え(いんげん) 煮付け(しんじょ・青梗菜) キウイ	温玉うどん ミニ春巻き ようかん						
夕	サゴシの漬け焼き 添え(人参甘煮) ハンパソソース和え 煮付け(南瓜)	煮込みハンパ(トマト) 添え(黄パプリカ) ゴマドレッシング和え コンソメ煮(ジャガイモ)	焼き鳥(ねぎま)風 焼き茄子(冷) 清し汁(わかめ)	シーフードカレー 練り胡麻和え(菜の花) じゃがたらこ炒め	鶏の黒胡椒ダレ 添え(Gアスパラ) 練り胡麻和え(菜の花) じゃがたらこ炒め	麻婆茄子 ゴマ豆腐 箱と小松菜の中華炒め	鯖の塩麹揚げ 添え(卸し) ゴマ豆腐 箱と小松菜の中華炒め	鶏の味噌マスタートがけ 添え(野菜ソテー) フレンチドレッシング和え ツナのトマトペースト	みルサーのパン粉焼き 添え(野菜ソテー) フレンチドレッシング和え ツナのトマトペースト	肉豆腐 おくらとろろかけ 白菜の煮びたし	竹輪チーズ磯辺揚げ おくらとろろかけ 白菜の煮びたし		

選択食のある日は、左がA献立、右がB献立です。
都合により献立を変更させて頂く場合があります。