

2024年03月16日(土) ~ 2024年03月31日(日)
 常食

献立表

	16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)		
朝	味噌汁(なす・おつゆ麩) やわらかチキン照焼風 利尻ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(玉葱・生揚げ) スクランブルエッグ ヘム鉄のり佃煮 ソファールプレーン	味噌汁(じゃがいも・わかめ) ウィンナーソーテ (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(サツマイモ・人参・葱) 柳さわら西京焼き (かつお)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(ホウレンソウ・さつま揚げ) 厚焼き卵 のり佃煮 ソファール(レモン)	味噌汁(白菜・カブ) やわらかあげのあんかけ(和) 海苔香味ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(南瓜・玉葱) ウィンナーソーテ たいみそ ソファール(レモン)	味噌汁(うす揚げ・茄子) 肉詰めいなり(冬瓜) (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン		
昼	鶏の葱塩炒め ブロッコリーのごまドレ和え 味噌汁(きやべつ・豆腐) 芋ようかん	鯖の酒蒸し 添え(人参甘煮) 納豆 煮付け(麩・里芋) 南瓜プリン	菜飯ご飯 生姜煮(マルルサ) 添え(ししとう) ホウレンソウの梅おかか和え 切り干し煮 パイン缶	チキンチャップ炒め ゴマ酢和え(もやし) コンソメ煮(ジャガイモ) オレンジ	豆乳ロール はちみつ&マーガリン 鯖のイタリア風 添え(インゲンガラス) ブロッコリーのサラダ かきたまスープ まめびよ(ココア)	豚丼 辛子和え(菜の花) 清し汁(マツタケ麩) りんご	肉そば 小松菜のしらす海苔和え 手作りプリン	鶏すき風煮 味噌マヨ和え(もやし) ニラ玉炒め キウイ		
夕	かれいの漬け焼き 添え(Gアスパラ) 辛子マヨ和え(小松菜) ソーメンチャンプルー	青根肉絲(チンジャオロース) わさび和え(菜の花) 清し汁(ふかし葱)	豚肉胡麻味噌がけ 添え(野菜ソーテ) とろろ昆布和え(青梗菜) 長いものバター炒め	鮭のソーテマヨソースがけ 添え(オクラ) パンパングーサラダ 味噌汁(エノキ/茄子)	揚鶏ピーナッツがらめ 添え(オクラ) パンパングーサラダ 味噌汁(エノキ/茄子)	焼き餃子 添え(青梗菜) もやしナムル ひじき炒り煮	えび団子 添え(ししとう) シーフードレッシング和え 里芋ごま味噌田楽	鶏肉のガーリックソーテ 添え(ししとう) シーフードレッシング和え 里芋ごま味噌田楽	チキン南蛮 添え(Gアスパラ) 胡麻豆腐(醤油) コンソメスープ(カリフラワー)	シイタケクリームソースがけ 添え(粉吹芋) ほうれん草ととろろかけ ワカメスープ

	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)				
朝	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	味噌汁(大根・おつゆ麩) ウィンナーソーテ (たまご)ふりかけ ソファール(レモン)	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	味噌汁(青梗菜・うす揚げ) さばみりん焼き 旅行の友 ソファール(レモン)	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	味噌汁(サツマイモ・白菜) 信田巻き (明太風味)ごはん合うソース ソファール(レモン)	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	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				
昼	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) 安納芋のムース	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(常)	チキンマトカレー煮 おかかポン酢和え(ほうれん草) コンソメスープ(レタス・ベーコン) いちご	惣菜パン(ハンバーグ・コロッケ) サウザンサラダ يون Кремホタージュ (黄)野菜生活	鶏肉のソース炒め フレンチレッシング和え コンソメスープ(豆きやべつ) バナナムース	あんかけうどん 南瓜コロッケ 豆乳プリン	生姜煮(サゴシ) 添え(ふかし) ゴマ酢和え(もやし) 清し汁(豆腐・ミツバ) キウイ	卵入り麻婆豆腐 パンパングーソース和え(茹で) 煮付け(しんじょ・青梗菜) ココアムース				
夕	赤魚の漬け焼きチーズのせ 添え(Gアスパラ) 卵豆腐 コンニャク炒り煮	にぎり寿司 寒天寄せ(カニカマ) 炊き合せ	秋刀魚の焼き浸し 添え(人参甘煮) ゴマドレッシング和え 高野豆腐卵とし	タッカルビ ゴマドレッシング和え 高野豆腐卵とし	焼き肉風 練りピーナツ和え(小松菜) 揚げなすの香味ダレかけ	だし巻き玉子 添え(卸し) 練りピーナツ和え(小松菜) 揚げなすの香味ダレかけ	鮭の味噌漬け焼きチーズのせ 添え(インゲンガラス) 黒ごま和え(オクラ) 茶碗蒸し	豚キムチ 黒ごま和え(オクラ)	金目鯛酒蒸しみぞれがけ 群味噌和え(青梗菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮	鶏肉ソースパン焼き 添え(ししとう) 群味噌和え(青梗菜) 冬瓜とベーコンのカレー煮	ハヤシライス 青じそドレッシング和え 野菜のポン酢ソーテ	かれいの照り焼き 添え(オクラ) 辛子和え(菜の花) 鶏汁

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戴く場合があります。