

2024年04月01日(月) ~ 2024年04月15日(月)

常食

献立表

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)				
朝	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)	味噌汁(茄子・青梗菜) ウィンナーソーテ 利尻ふりかけ ソファールプレーン	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)	味噌汁(白菜・うす揚げ) 赤魚みりん焼き たいみそ ソファールプレーン	味噌汁(じゃがいも・玉葱) さばみりん焼き (のりごま)ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(里芋・あおさ海苔) 大豆の豆乳クリーム煮 旅行の友 ソファールプレーン	味噌汁(きやべつ・大根) 信田巻き (たらこ)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(ワカメ・さつまいも) フランクフルト (たまご)ふりかけ ソファール(レモン)				
昼	しいらのバター醤油ソーテ 添え(Gアスパラ) 小松菜鶏マヨ和え コンソメスープ(もやし・人参) マンゴー	スズキの香味ダレかけ 添え(ししとう) シーザードレッシング和え じゃが海苔塩炒め 手作りりんごプリン	黒糖ロール 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・ブロッコリー) 飲む野菜と果実 ピーチ味	えんどうご飯 サゴシの揚げあんかけ 添え(ししとう) 炊き合わせ(蕎) ゴマ和え(菜の花) さら餅風デザート	野菜塩ラーメン ミニシューマイ いちごムース	とり野菜味噌風 胡麻豆腐(醤油) 清し汁(麩・冬瓜) バナナ	鯖の漬け焼き 添え(ししとう) 梅菜和え(白菜) 煮物(エビ・人参) 杏仁豆腐	ホイコーロー 法蓮草とろろかけ 中華スープ(豆腐・水菜) あんころ餅風デザート				
夕	豚の角煮 添え(人参甘煮) 中華ドレッシング和え 含め煮(いんげん・冬瓜)	鶏の治部煮 おろし和え(かにかま胡瓜) 中華風かき玉汁	鶏の梅しソースがけ 添え(ブロッコリー) おろし和え(かにかま胡瓜) 中華風かき玉汁	油淋鶏(ユージンチー) 添え(Gアスパラ) もやしと竹輪の塩昆布和え 源平煮(里芋)	海老フライ 添え(Gアスパラ) もやしと竹輪の塩昆布和え 源平煮(里芋)	鶏と新玉葱のボン酢炒め サツマイモのツナサラダ 満し汁(ふかし昆布)	フ-チャンプルー サツマイモのツナサラダ 満し汁(ふかし昆布)	メルルーサフライ 添え(人参グラッセ) オクラの納豆和え たらこ豆腐	揚げ鶏の葱あんかけ オクラの納豆和え たらこ豆腐	カニ玉オープン焼き 添え(青梗菜) モヤシ辛子マヨ和え 煮付け(南瓜)	チキンカレー 温泉卵 いんげんとツナのソーテ	しいらのハニハ明太マヨソースがけ 添え(ブロッコリー) モヤシの胡麻和え 源平煮(大根)

	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)				
朝	味噌汁(さつまいも・小松菜) 厚焼き卵 (かつお)ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(茄子・生揚げ) 卵巻ウィンナー 利尻ふりかけ ソファール(レモン)	味噌汁(うずまき麩・里芋) 大豆と野菜のカレー煮 たいみそ ソファールプレーン	味噌汁(冬瓜・人参) 肉詰めいなり(小松菜) ゆかり ソファール(レモン)	味噌汁(青梗菜・うす揚げ) さば塩焼き 海苔香味ふりかけ ソファールプレーン	味噌汁(もやし・葱) 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(さつまいも・わかめ) やわらかチキン照焼風 旅行の友 ソファール(レモン)				
昼	バジルチキン 添え(野菜ソーテ) トマト中華和え コンソメスープ(白菜・マカロニ) メロンゼリー	サンドイッチ(ハム、ツナ) 大根のドレッシング和え コンクリームポータージュ コーヒ-牛乳	赤魚の漬け焼き 添え(青梗菜) 揚げなすの南蛮漬け(冷) 沢煮汁 白ようかん	かき揚げそば ナムル(モヤシ) ソフトミルクゼリー	西京漬け焼き(シイラ) 添え(Gアスパラ) 練り胡麻和え(ホウレン草) ジャガイモのそぼろあんかけ オレンジ(常)	豆腐の肉味噌がけ 白菜辛子マヨ和え 含め煮(茄子・隠元) チョコレートムース	サゴシの漬け焼き 添え(ししとう) 納豆 味噌汁(人参・葱・麩) キウイ(常)				
夕	鰻フライ 添え(ししとう) とろろ昆布和え(青梗菜) アスパラ卵炒め	鶏の唐揚げ甘酢がけ 添え(ししとう) とろろ昆布和え(青梗菜) アスパラ卵炒め	かれの海苔焼きチーズの巻 添え(Gアスパラ) 錦和え(もやし) ミニ焼きうどん	鶏の漬け焼き七味がけ 添え(Gアスパラ) 錦和え(もやし) ミニ焼きうどん	中華丼 辛子和え(菜の花) れんこんきんぴら	シイラのオイル蒸し 添え(菜の花) 辛子和え(菜の花) れんこんきんぴら	スペイン風オムレツ 添え(ブロッコリー) サウザンドレッシング和え 麻婆春雨	豆腐の肉巻き 添え(ブロッコリー) サウザンドレッシング和え 麻婆春雨	鶏の酒蒸し 添え(黄パプリカ) のり佃煮和え(きやべつ) 源平煮(大根)	鯖の塩焼き 添え(オクラ) ゴマドレッシング和え 人参卵炒め	豚肉生姜焼 添え(Gアスパラ) 菜めし和え(大根)(節で) 煮付け(南瓜)

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。