

常食(A)

	令和05年06月04日(日)	令和05年06月05日(月)	令和05年06月06日(火)	令和05年06月07日(水)	令和05年06月08日(木)	令和05年06月09日(金)	令和05年06月10日(土)
朝	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ	ワッサン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)フロッキーのコンソメ煮 (冷)フルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)ほうれん草のソテー (温)ゆで卵	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)白菜の和風ドレッシング和え (冷)チーズ	ロールパン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)カリフラワーコンソメ煮 (温)ゆで卵	小山パン (冷)ママレード (冷)牛乳 (冷)青梗菜のおろしドレッシング和え (冷)チーズ	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)白菜のドレッシング和え (冷)フルーツ
昼	(温)米飯 (温)魚のから揚げ (温)キャベツのカレー炒め (冷)しろ菜の錦糸和え (温)味噌汁	(温)炊き込み御飯(ゆかり粥) (温)豆腐ステーキ (温)卵とじ (冷)青梗菜の生姜醤油和え (温)すまし汁	(温)米飯 (温)鰯の南部焼 (温)インゲンの中華炒め (冷)マカロニサラダ (温)かきたま汁	(温)米飯 (温)フライ盛り合わせ (温)青菜のソテー (冷)切干の酢の物 (温)コンソメスープ	(温)カレーライス(ルウ注) (冷)フレッシュサラダ(ペーコン焼添える) (冷)ケーキ (冷)漬物	(温)米飯 (温)ひらすのレモンバター焼き (温)ほうれん草の豆乳煮 (冷)生野菜サラダ(茹で卵) (温)味噌汁	(温)米飯 (温)鶏肉の梅肉焼き (温)炒り豆腐 (冷)しろなのおろし和え (温)味噌汁
夕	(温)米飯 (温)豚の角煮(白髪葱) (温)青梗菜といかのソテー (冷)春雨の中華風酢の物	(温)米飯 (温)ぶりの照焼き(カボス2枚) (温)大根のそぼろ炒め (冷)菜の花の酢味噌和え	(温)米飯 (温)回鍋肉 (温)焼豆腐とふきの炊き合わせ (冷)ツナとチンゲン菜のお浸し	(温)米飯 (温)ポークビーンズ (冷)卵豆腐 (冷)インゲンの練りゴマ和え	(温)米飯 (温)鯖のみそ煮 (温)卵の炒め物 (冷)白菜のゆかり和え	(温)米飯 (温)チャンプルー (温)甘辛炒め (冷)大根のポン酢和え	(温)米飯 (温)かに玉(丸) (温)キャベツの野菜炒め (冷)胡麻和え

OB食(A)

	令和05年06月04日(日)	令和05年06月05日(月)	令和05年06月06日(火)	令和05年06月07日(水)	令和05年06月08日(木)	令和05年06月09日(金)	令和05年06月10日(土)
朝	ホットドック (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (温)スープ(コーン) 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)ヨーグルト (温)ブロッコリーのコンソメ煮 (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)ほうれん草のソテー (温)スープ(ポタージュ) 季節のフルーツ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)白菜の和風ドレッシング和え (温)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)ヨーグルト (温)カリフラワーコンソメ煮 (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	小山パン (冷)ママレード (冷)牛乳 (冷)青梗菜のおろしドレッシング和え (温)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)白菜のドレッシング和え (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(温)米飯 (温)魚のから揚げ (温)キャベツのカー炒め (冷)しろ菜の錦糸和え (温)味噌汁 (温)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)ジョア(マスカット)	(温)炊き込み御飯(ゆかり粥) (温)豆腐ステーキ (温)卵とじ (冷)青梗菜の生姜醤油和え (温)すまし汁 (温)海鮮しゅうまい 季節のフルーツ (冷)牛乳	(温)米飯 (温)鰯の南部焼 (温)インゲンの中華炒め (冷)マカロニサラダ (温)かきたま汁 (温)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト	(温)米飯 (温)フライ盛り合わせ (温)青菜のソテー (冷)切干の酢の物 (温)コンソメスープ (冷)冷奴 (冷)ケーキ (冷)ジョア(いちご)	(温)カレーライス(ルウ注) (冷)フレッシュサラダ(ペーコン焼添える) (冷)フルーツ (冷)漬物 (温)春巻き (冷)牛乳	(温)米飯 (温)ひらすのレモンバター焼き (温)ほうれん草の豆乳煮 (冷)生野菜サラダ(茹で卵) (温)味噌汁 (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト(ソフール)	(温)米飯 (温)鶏肉の梅肉焼き (温)炒り豆腐 (冷)おろし和え (温)味噌汁 (温)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト
夕	(温)赤飯 魚の西京漬焼き(弁当箱) 炊き合わせ(弁当箱) ごま和え(弁当箱) 大根サラダ (温)ちくわの炒めもの (温)すまし汁 (冷)フルーツ(ゴールデンキウイ)	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (温)大根のそぼろ炒め (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 天ぷら 天つゆ うざく 茶碗蒸し (冷)ツナとチンゲン菜のお浸し (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)米飯 ハンバーグ ホタテとえびのホイル焼き フレッシュサラダ (冷)卵豆腐 (温)味噌汁(あさり) 季節のフルーツ	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (冷)卵の花 (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)米飯 ポークステーキ 付けあわせ ソース サラダ オムレツ (温)甘辛炒め (温)味噌汁 (冷)フルーツ(ゴールデンキウイ)	散らし寿司 パック醤油 炊き合わせ 茶碗蒸し (冷)胡麻和え (温)味噌汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	令和05年06月04日(日)	令和05年06月05日(月)	令和05年06月06日(火)	令和05年06月07日(水)	令和05年06月08日(木)	令和05年06月09日(金)	令和05年06月10日(土)
朝	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)ブロッコリーのコンソメ煮 (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)ほうれん草のソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)白菜の和風ドレッシング和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)コンソメ煮 (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)青梗菜おろしドレッシング和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)白菜のドレッシング和え (冷)フルーツ
昼	(温)5分粥 (温)魚の煮付け (温)ビーフンソテー(あん絡め) (冷)小松菜のお浸し (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)豆腐のくず煮 (温)卵とじ (冷)青梗菜のお浸し (温)すまし汁	(温)5分粥 (温)魚の漬け焼き (温)中華風煮 (冷)和え物 (温)かきたま汁	(温)5分粥 (温)魚のマヨ焼き (温)青菜のソテー (冷)お浸し (温)コンソメスープ	(温)5分粥 (温)肉じゃが (冷)サラダ (冷)ゼリー (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)ムニエル (温)煮浸し (冷)ツナ和え (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)オイスター炒め (温)炒り豆腐 (冷)おろし和え (温)味噌汁
夕	(温)5分粥 (温)そばろ煮 (温)煮浸し (冷)春雨サラダ	(温)5分粥 (温)照り焼き(だしあん) (温)じゃが芋の煮物 (冷)マヨ和え	(温)5分粥 (温)和風煮 (温)煮奴 (冷)お浸し	(温)5分粥 (温)ケチャップ煮 (冷)卵豆腐 (冷)インゲンの和え物	(温)5分粥 (温)味噌煮 (温)いんげんのソテー (冷)和え物	(温)5分粥 (温)チャンプルー (温)南瓜の煮物 (冷)サラダ	(温)5分粥 (温)卵とじ (温)里芋の煮物 (冷)マヨ和え

ソフト食(A)

	令和05年06月04日(日)	令和05年06月05日(月)	令和05年06月06日(火)	令和05年06月07日(水)	令和05年06月08日(木)	令和05年06月09日(金)	令和05年06月10日(土)
朝	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)ブロッコリーのコンソメ煮 (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)ほうれん草のソテー (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)白菜の和風ドレッシング和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)スープ煮 (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)青梗菜おろしドレッシング和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)白菜のドレッシング和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(温)粥ゼリー (温)煮魚 (冷)小松菜のお浸し (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)和風煮 (冷)青梗菜のお浸し (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚の塩焼き風 (冷)マヨかけ (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)ミキ粥ゼリー (温)鮭の塩焼き風 (冷)お浸し (温)コンソメスープ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)ポークソテー風 (冷)サラダ(マヨかけ) (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)塩焼き風 (冷)サウザンかけ (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)オイスター炒め煮 (冷)お浸し (温)みそ汁 (冷)たいみそ
夕	(温)粥ゼリー (温)中華煮 (温)煮浸し (冷)フレンチ和え (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)照焼きあんかけ ※U※(温)じゃが芋の煮 (冷)サラダかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)コンソメ煮 (温)煮奴 (冷)お浸し (冷)たいみそ	(温)ミキ粥ゼリー (温)ポークチャップ (温)ソテー (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)味噌煮 (温)いんげんのソテー (冷)和え物 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)野菜炒め風 ※U※(温)南瓜の煮物 (冷)サラダ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚の中華あんかけ ※U0.7※(温)里芋の煮物 (冷)マヨかけ (冷)たいみそ