

常食(A)

	令和07年09月21日(日)	令和07年09月22日(月)	令和07年09月23日(火)	令和07年09月24日(水)	令和07年09月25日(木)	令和07年09月26日(金)	令和07年09月27日(土)
朝	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)ほうれん草のソテー (冷)フルーツ	小山パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)白菜の和風和え (温)ゆで卵	食パン (冷)マーマレード (冷)牛乳 (温)カリフラワーコンソメ煮 (冷)フルーツ	ワッサン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)青梗菜のおろしドレッシング和え (冷)チーズ	ロールパン (冷)マーマレード (冷)牛乳 (冷)白菜のドレッシング和え (冷)フルーツ	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)ブロッコリーのコンソメ煮 (温)ゆで卵	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (冷)チーズ
昼	(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(ベーコン焼添える) (冷)フルーツヨーグルト (冷)漬物	(温)米飯 (温)メルルーサ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)ミネストローネ(備蓄)	(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	(温)米飯 (温)魚の塩こうじ焼き (温)ぜんまいの炒め煮 (冷)ツナマヨサラダ (温)味噌汁	(温)米飯 (温)ポークピカタ (温)京がんもの炊き合わせ (冷)しろなの和え物 (温)味噌汁
夕	(温)米飯 (温)回鍋肉 (温)焼豆腐の炊き合わせ (冷)ツナと小松菜のお浸し	(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)いんげんの甘辛炒め (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)ほうれん草の胡麻和え	(温)米飯 (温)和風ハンバーグ (温)青梗菜の煮浸し (冷)豆腐サラダ	(温)米飯 (温)さばの塩焼き (温)蓮根の挟み天ぷら (冷)もやしの生姜醤油和え

OB食(A)

	令和07年09月21日(日)	令和07年09月22日(月)	令和07年09月23日(火)	令和07年09月24日(水)	令和07年09月25日(木)	令和07年09月26日(金)	令和07年09月27日(土)
朝	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)ほうれん草のソテー (温)ウインナーとスクランブル 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)ヨーグルト (冷)白菜の和風和え (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	食パン (冷)マーマレード (冷)牛乳 (温)カリフラワーコンソメ煮 (温)スープ(ポタージュ) 季節のフルーツ	ワッサン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)青梗菜のおろしドレッシング和え (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 (冷)白菜のドレッシング和え (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)ブロッコリーのコンソメ煮 (温)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(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 (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(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)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)牛乳	(温)カレーライス(ルウ注) (冷)フレッシュサラダ(ベーコン焼添える) (冷)フルーツヨーグルト (冷)漬物 (温)春巻き (冷)ヨーグルト	(温)米飯 (温)メルルーサ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)ミネストローネ(備蓄) (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(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)海鮮しゅうまい 季節のフルーツ (冷)牛乳	(温)米飯 (温)魚の塩こうじ焼き (温)ぜんまいの炒め煮 (冷)ツナマヨサラダ (温)味噌汁 (冷)ごま豆腐 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト(ソフール)	(温)米飯 (温)ポークピカタ (温)京がんもの炊き合わせ (冷)しろなの和え物 (温)味噌汁 (温)春巻き 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 (冷)ツナと小松菜のお浸し (温)すまし汁 季節のフルーツ(梨)	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (冷)インゲンの練りごま和え (温)味噌汁(あさり) 季節のフルーツ	(温)米飯 天ぷら 天つゆ うざく 茶碗蒸し (冷)白菜のゆかり和え (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 (温)いんげんの甘辛炒め (温)味噌汁 季節のフルーツ(梨)	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (温)野菜炒め (温)味噌汁 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)青梗菜の煮浸し (温)味噌汁 季節のフルーツ	散らし寿司 パック醤油 炊き合わせ 茶碗蒸し (冷)もやしの生姜醤油和え (温)すまし汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	令和07年09月21日(日)	令和07年09月22日(月)	令和07年09月23日(火)	令和07年09月24日(水)	令和07年09月25日(木)	令和07年09月26日(金)	令和07年09月27日(土)
朝	(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	(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
昼	(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)フルーツヨーグルト (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)ムニエル (温)煮浸し (冷)ツナ和え (温)ミネストローネ(備蓄)	(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	(温)5分粥 (温)魚の塩麴焼き (温)しろなの炒め物 (冷)白菜サラダ (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)そばろ煮 (温)白菜の煮物 (冷)ドレッシング和え (温)味噌汁
夕	(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	(温)5分粥 (温)しぐれ煮 (温)青梗菜の煮浸し (冷)豆腐サラダ	(温)5分粥 (温)塩焼き (温)南瓜の煮物 (冷)サラダ

ソフト食(A)

	令和07年09月21日(日)	令和07年09月22日(月)	令和07年09月23日(火)	令和07年09月24日(水)	令和07年09月25日(木)	令和07年09月26日(金)	令和07年09月27日(土)
朝	(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	(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)ソテー (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(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	(温)粥ゼリー (温)魚の味噌あんかけ (冷)白菜サラダ (温)味噌汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)洋風煮込み (冷)ドレッシング和え (温)みそ汁 (冷)たいみそ
夕	(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 (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 (温)里芋の煮物 (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)とりすき (温)青梗菜の煮浸し (冷)サラダ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)塩焼き風 (温)南瓜の煮物 (冷)サラダかけ (冷)たいみそ