

常食(A)

	令和07年12月14日(日)	令和07年12月15日(月)	令和07年12月16日(火)	令和07年12月17日(水)	令和07年12月18日(木)	令和07年12月19日(金)	令和07年12月20日(土)
朝	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	小山パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)インゲンの和風和え (温)ゆで卵	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)キャベツのコンソメ煮 (冷)フルーツ
昼	(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)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	(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	(温)米飯 (冷)鰯の南蛮漬け(焼揚) (温)ポテトのカレー風味煮 (冷)法蓮草のお浸し (温)味噌汁	(温)牛丼(麦) (温)蓮根のピリ辛炒め (冷)温泉卵 (温)味噌汁
夕	(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)おでん (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)鶏肉の野菜巻き (冷)もやしの生姜醤油和え	(温)米飯 (温)鶏肉のチーズ焼き (温)ひじきの煮物 (冷)花野菜サラダ	(温)米飯 (温)魚の野菜あんかけ (温)煮豆 (冷)めかぶのわさび和え

軟々菜(とろみ)

	令和07年12月14日(日)	令和07年12月15日(月)	令和07年12月16日(火)	令和07年12月17日(水)	令和07年12月18日(木)	令和07年12月19日(金)	令和07年12月20日(土)
朝	(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	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)インゲンの和風和え (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
昼	(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)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	(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)そぼろ煮 (温)白菜の煮物 (冷)ドレッシング和え (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)照焼きあんかけ (温)じゃが芋の煮物 (冷)法蓮草のマヨ和え (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)甘辛煮 (温)炒め物 (冷)和え物 (温)味噌汁
夕	(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)蒸し魚のあんかけ (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	(温)5分粥 (温)鶏肉のチーズ焼き (温)和風煮 (冷)サラダ	(温)5分粥 (温)ムニエル (温)煮奴 (冷)サラダ

ソフト食(A)

	令和07年12月14日(日)	令和07年12月15日(月)	令和07年12月16日(火)	令和07年12月17日(水)	令和07年12月18日(木)	令和07年12月19日(金)	令和07年12月20日(土)
朝	(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	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)インゲンの和風和え (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
昼	(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	(温)粥ゼリー (温)照焼き (冷)マヨかけ (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)和風あんかけ (冷)サウザンかけ (温)みそ汁 (冷)たいみそ
夕	(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)おでん風 (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	(温)粥ゼリー (温)ケチャップソースかけ (温)和風煮 (冷)サラダ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)中華あんかけ (温)温奴 (冷)サラダ(かけ) (冷)たいみそ