

## 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)
<b>朝</b>	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
<b>昼</b>	(温)カレーライス(ルウ注) (冷)フレッシュサラダ(ペ-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)ツナマヨサラダ (温)味噌汁	(温)米飯 (冷)鯵の南蛮漬け(焼揚) (温)ポテトのカレー風味煮 (冷)しろなの和え物 (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
<b>夕</b>	(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)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥
	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁
	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳
	(温)コンソメ煮	(冷)青梗菜おろしドレッシング和え	(冷)白菜のドレッシング和え	(温)ブロッコリーのコンソメ煮	(温)ほうれん草のソテー	(冷)インゲンの和風和え	(温)コンソメ煮
	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ
昼	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥
	(温)肉じゃが	(温)ムニエル	(温)オイスター炒め	(温)魚の塩麹焼き	(温)そぼろ煮	(温)照焼きあんかけ	(温)甘辛煮
	(冷)サラダ	(温)煮浸し	(温)炒り豆腐	(温)しろなの炒め物	(温)白菜の煮物	(温)じゃが芋の煮物	(温)炒め物
	(冷)フルーツヨーグルト	(冷)ツナ和え	(冷)おろし和え	(冷)白菜サラダ	(冷)ドレッシング和え	(冷)法蓮草のマヨ和え	(冷)和え物
	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁
夕	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥
	(温)味噌煮	(温)チャンプルー	(温)蒸し魚のあんかけ	(温)しぐれ煮	(温)塩焼き	(温)鶏肉のチーズ焼き	(温)ムニエル
	(温)いんげんのソテー	(温)南瓜の煮物	(温)里芋の煮物	(温)青梗菜の煮浸し	(温)南瓜の煮物	(温)和風煮	(温)煮奴
	(冷)和え物	(冷)サラダ	(冷)マヨ和え	(冷)豆腐サラダ	(冷)サラダ	(冷)サラダ	(冷)サラダ

## ソフト食(A)