

常食(A)

	令和08年01月18日(日)	令和08年01月19日(月)	令和08年01月20日(火)	令和08年01月21日(水)	令和08年01月22日(木)	令和08年01月23日(金)	令和08年01月24日(土)
朝	ワッサン (冷)ママレード (冷)牛乳 (冷)カリフラワーのおろしドレッシング和え (冷)フルーツ	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)小松菜のコンソメ煮 (温)ゆで卵	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (冷)チーズ	レーズンドック (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)ほうれん草の菜種和え (温)ゆで卵	小山パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)キャベツのソテー (冷)フルーツ	食パン (冷)ママレード (冷)牛乳 (温)しろなのコンソメ煮 (冷)チーズ	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)フルーツ
昼	(温)米飯 (温)チキンカツ (温)いかと大根の煮物 (冷)生野菜サラダ (温)味噌汁	(温)きつねうどん (温)キャベツの炒め物 (冷)青菜とササミのわさびマヨ和え (温)麺つゆ150	(温)米飯 (温)あじの塩焼き (温)厚揚げの大根おろしかけ (冷)ほうれん草のなめたけ和え (温)かきたま汁	(温)米飯 (温)筑前煮 (温)豆腐田楽 (冷)しろ菜の胡麻和え (温)すまし汁	(温)中華丼 (温)揚げなす (冷)たたききゅうり (温)中華スープ	(温)米飯 (温)白身魚のグリーンソース (温)じゃが芋のソテー (冷)白菜のイタリアンドレッシングかけ (温)コーンスープ	(温)米飯 (冷)蒸し鶏土佐造り風 (温)高野豆腐の炊き合わせ (冷)カリフラワーのオーロラサラダ (温)味噌汁
夕	(温)米飯 (温)鯖の西京焼き (温)厚揚げとコンニャクの炊き合わせ (冷)白菜のゆかり和え	(温)米飯 (温)麻婆豆腐 (温)肉焼売 (冷)フレッシュサラダ	(温)米飯 (冷)豚肉の胡麻味噌かけ (温)蕪の生姜あんかけ (冷)チンゲン菜のおかか和え	(温)米飯 (温)魚のムニエル (温)ポテトのコンソメ煮 (冷)白菜のポン酢和え	(温)米飯 (温)豆腐ハンバーグ (温)小松菜とさつま揚げの炒め煮 (冷)さつま芋サラダ	(温)米飯 (温)他人とじ (温)ひじきの煮物 (冷)大根サラダ	(温)米飯 (温)ちゃんちゃん焼き (温)厚揚げの炒め物 (冷)ポテトサラダ

軟々菜(とろみ)

	令和08年01月18日(日)	令和08年01月19日(月)	令和08年01月20日(火)	令和08年01月21日(水)	令和08年01月22日(木)	令和08年01月23日(金)	令和08年01月24日(土)
朝	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)カリフラワー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 (温)冬瓜のコンソメ煮 (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)和風サラダ (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)キャベツのソテー (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)和風和え (冷)フルーツ
昼	(温)5分粥 (温)ポークソテー (温)和風煮 (冷)サラダ (温)味噌汁	(温)あんかけうどん(10分以上) (温)和風とろみ煮(メイン皿) (温)里芋の煮物 (温)卵とじ	(温)5分粥 (温)さばの塩焼き(出汁あん) (温)煮物 (冷)キャベツサラダ (温)かきたま汁	(温)5分粥 (温)筑前煮 (温)豆腐田楽 (冷)ドレッシング和え (温)すまし汁	(温)5分粥 (温)卵とじ (温)ビーフソテー(あん絡め) (冷)ブロッコリーのお浸し (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)魚のマヨ焼き(だしあん) (温)ソテー (冷)白菜のドレッシング和え (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)チキンソテー (温)チンゲン菜の煮物 (冷)さつま芋サラダ (温)味噌汁
夕	(温)5分粥 (温)西京マヨ焼(だしあん) (温)はんぺんの煮物 (冷)白菜の和え物	(温)5分粥 (温)麻婆豆腐 (温)いんげんのソテー (冷)大根のマヨ和え	(温)5分粥 (温)味噌煮 (温)大根のあんかけ (冷)ドレッシング和え	(温)5分粥 (温)ムニエル (温)コンソメ煮 (冷)白菜サラダ	(温)5分粥 (温)豚と野菜の煮物 (温)煮浸し (冷)さつま芋サラダ	(温)5分粥 (温)甘辛炒め (温)南瓜の煮物 (冷)大根サラダ	(温)5分粥 (温)魚の照り焼き (温)ソテー (冷)キャベツのサラダ

ソフト食(A)

	令和08年01月18日(日)	令和08年01月19日(月)	令和08年01月20日(火)	令和08年01月21日(水)	令和08年01月22日(木)	令和08年01月23日(金)	令和08年01月24日(土)
朝	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)カリフラワー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 (温)冬瓜のコンソメ煮 (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)和風サラダ (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)キャベツのソテー (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)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 (冷)和風和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(温)粥ゼリー (温)肉野菜炒め風 (冷)サラダ(マヨかけ) (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)白味噌かけ (冷)和え物 (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)鯖の塩焼き風 (冷)サラダかけ (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)筑前煮 (冷)ドレッシング和え (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚の中華あんかけ (冷)サウザンかけ (温)味噌汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚のマヨ焼き(だしあん) (冷)白菜のドレッシング和え (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)チキンソテー (冷)サラダ (温)味噌汁 (冷)たいみそ
夕	(温)粥ゼリー (温)マヨソースかけ (温)はんぺんの煮物 (冷)白菜の和え物 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)鶏肉の中華煮 (温)いんげんのソテー (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)味噌煮 (温)和風煮 (冷)ドレッシング和え (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)銀あんかけ (温)コンソメ煮 (冷)お浸し (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)チキンステーキ (温)煮浸し (冷)サラダ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)卵とじ風 (温)南瓜の煮物 (冷)ドレッシングかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)野菜あんかけ (温)煮浸し (冷)キャベツのサラダ (冷)たいみそ