

常食(A)

	令和08年03月22日(日)	令和08年03月23日(月)	令和08年03月24日(火)	令和08年03月25日(水)	令和08年03月26日(木)	令和08年03月27日(金)	令和08年03月28日(土)
朝	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)ブロッコリーの和風和え (冷)チーズ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)青梗菜のソテー (冷)フルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)大根サラダ (冷)フルーツ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)カリフラワーのおろし和え (温)ゆで卵	小山パン (冷)ママレード (冷)牛乳 (温)キャベツのコンソメ煮 (冷)フルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)ブロッコリーのソテー (冷)チーズ	ワッサン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)法蓮草とツナの和風和え (温)ゆで卵
昼	(温)米飯 (温)さばのおろし煮 (温)もやしのカレー炒め (冷)青梗菜のお浸し (温)味噌汁	(温)米飯 (冷)かつおのたたき (温)切干大根の炒り煮 (冷)しろ菜の昆布和え (温)味噌汁	(温)肉うどん (温)なすの揚げ浸し (冷)小松菜としらすの和え物 (温)麺つゆ150	(温)米飯 (温)ブラウンシチュー(味確) (温)ポパイソテー (冷)レタスサラダ (冷)フルーツヨーグルト	(温)米飯 (温)メルルサのマスタートソースかけ (温)青梗菜の炒め物 (冷)白菜の松前サラダ (温)味噌汁	(温)親子丼(麦) (温)しらたきのチャプチェ風 (冷)もずく酢 (温)赤だし	(温)炊き込み麦御飯(ゆかり粥) (温)赤魚のみりん焼き (温)野菜ソテー (冷)胡瓜の塩昆布和え (温)すまし汁
夕	(温)米飯 (温)酢豚(ヒ上)★下味注 (温)小松菜の煮浸し (冷)大根の香味和え	(温)米飯 (温)鶏肉の治部煮風 (温)いんげんのバターソテー (冷)キャベツのしその実和え	(温)米飯 (温)和風ロールキャベツ (温)きのこソテー (冷)大豆サラダ(大豆炊く)	(温)米飯 (温)ぶりの香り蒸し (温)大根の煮物 (冷)インゲンのツナマヨ和え	(温)米飯 (温)袋煮 (温)なすの炒め物 (冷)カリフラワーの中華和え	(温)米飯 (温)白身フライ (温)牛肉の大和煮(備蓄) (冷)白菜の胡麻ドレッシング和え	(温)米飯 (温)鶏肉のママレード煮 (温)ブロッコリーのコンソメソテー (冷)キャベツのピーナッツ和え

軟々菜(とろみ)

	令和08年03月22日(日)	令和08年03月23日(月)	令和08年03月24日(火)	令和08年03月25日(水)	令和08年03月26日(木)	令和08年03月27日(金)	令和08年03月28日(土)
朝	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)白菜の和風和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)青梗菜のソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)大根サラダ (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)カリフラワーおろし和え (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 (温)ブロッコリーのソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)法蓮草の和風ドレッシング和え (冷)フルーツ
昼	(温)5分粥 (温)とろろかけ (温)里芋の煮物 (冷)カリフラワーのドレッシング和え (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)塩焼き (冷)さつま芋の甘煮 (冷)マヨ和え (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) (冷)ポテトサラダ (温)煮奴	(温)5分粥 (温)しぐれ煮 (温)ソテー (冷)サラダ (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)バサのムニエル (温)青梗菜の煮浸し (冷)パンプキンサラダ (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)そぼろ豆腐 (温)ビーフンのチャプチェ (冷)サラダ (温)赤だし	(温)5分粥 (温)鯖のみりん焼き (温)里芋の煮物 (冷)小松菜の和え物 (温)すまし汁
夕	(温)5分粥 (温)コンソメ煮 (温)南瓜の煮物 (冷)マヨ和え	(温)5分粥 (温)和風煮 (温)コンソメ煮 (冷)ツナ和え	(温)5分粥 (温)ケチャップ煮 (温)さつま芋の甘煮 (冷)マヨ和え	(温)5分粥 (温)魚のあんかけ(野菜添え) (温)里芋の煮物 (冷)インゲンのマヨ和え	(温)5分粥 (温)和風煮 (温)ビーフン炒め (冷)小松菜のお浸し	(温)5分粥 (温)カレーのムニエル (温)じゃが芋の煮物 (冷)豆腐のおろしドレかけ	(温)5分粥 (温)コンソメ煮 (温)ブロッコリーのソテー (冷)キャベツのマヨネーズ和え

ソフト食(A)

	令和08年03月22日(日)	令和08年03月23日(月)	令和08年03月24日(火)	令和08年03月25日(水)	令和08年03月26日(木)	令和08年03月27日(金)	令和08年03月28日(土)
朝	(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)青梗菜のソテー (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)大根サラダ (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 (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)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)ブロッコリーのソテー (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)和風和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(温)粥ゼリー (温)鰯の照焼き風 (冷)カリフラワーのおろし和え (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)塩焼き風 (冷)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)おろし醤油和え (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)和風煮 (冷)サラダ (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)焼魚(銀あん) (冷)お浸し (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)コンソメソースかけ (冷)サラダ(かけ) (温)赤だし (冷)たいみそ	(温)全粥 (温)煮つけ (冷)お浸し (温)すまし汁 (冷)たいみそ
夕	(温)粥ゼリー (温)煮物 (温)南瓜の煮物 (冷)サラダ(マヨかけ) (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)和風煮 (温)コンソメ煮 (冷)和え物 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)鶏すき (温)ソテー (冷)サラダ(かけ) (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)野菜あんかけ (温)里芋の煮物 (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)豚肉の中華煮 (温)和風煮 (冷)小松菜のお浸し (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)塩焼き風 (温)じゃが芋の煮物 (冷)サウザンがけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)コンソメ煮 (温)ブロッコリーのソテー (冷)キャベツのドレッシング (冷)たいみそ