

常食(A)

	令和06年07月21日(日)	令和06年07月22日(月)	令和06年07月23日(火)	令和06年07月24日(水)	令和06年07月25日(木)	令和06年07月26日(金)	令和06年07月27日(土)
朝	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	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)カリフラワーのトマト煮 (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	ロールパン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (温)ゆで卵
昼	(温)米飯 (温)さんまの塩焼き (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	(冷)ちらし寿司(うなぎの卵とじ) (温)キャベツの甘辛炒め (温)具だくさんの豚汁 (冷)ゼリー	(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	(温)米飯 (温)魚のから揚げ (温)キャベツのカレー炒め (冷)しろ菜のツナ和え (温)味噌汁
夕	(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)鶏肉のクリームソースかけ (温)小松菜の中華煮 (冷)スパサラダ	(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	(温)米飯 (温)豚の角煮(白髪葱) (温)青梗菜といかのソテー (冷)春雨の中華風酢の物

OB食(A)

	令和06年07月21日(日)	令和06年07月22日(月)	令和06年07月23日(火)	令和06年07月24日(水)	令和06年07月25日(木)	令和06年07月26日(金)	令和06年07月27日(土)
朝	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (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)ほうれん草の菜種和え (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	小山パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)キャベツのソテー (温)スープ(ポターージュ) 季節のフルーツ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)カリフラワーのトマト煮 (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 (温)しろなのコンソメ煮 (冷)納豆 (温)味噌汁 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)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	ロールパン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(温)米飯 (温)さんまの塩焼き (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 (冷)ごま豆腐 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(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)海鮮しゅうまい 季節のフルーツ (冷)牛乳	(温)中華丼 (温)揚げなす (冷)たたききゅうり (温)中華スープ (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト	(冷)ちらし寿司(うなぎの卵とじ) (温)キャベツの甘辛炒め (温)豚汁 (温)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(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)春巻き 季節のフルーツ (冷)牛乳	(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 (温)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト(ソファール)	(温)米飯 (温)魚のから揚げ (温)キャベツのカー炒め (冷)しろ菜のツナ和え (温)味噌汁 (冷)ごま豆腐 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 (温)蕪の生姜あんかけ (温)すまし汁 (冷)フルーツ(GLDキウイ)	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (冷)白菜のホン酢和え (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 天ぶら 天つゆ うざく 茶碗蒸し (冷)さつま芋サラダ (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 ハンバーグ ホタテとえびのオイル焼き フレッシュサラダ (冷)スパサラダ (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)大根サラダ (温)味噌汁 (冷)フルーツ(GLDキウイ)	(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 (冷)ポテトサラダ (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (温)青梗菜といかのソテー (温)すまし汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	令和06年07月21日(日)	令和06年07月22日(月)	令和06年07月23日(火)	令和06年07月24日(水)	令和06年07月25日(木)	令和06年07月26日(金)	令和06年07月27日(土)
朝	(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)カリフラワーのトマト煮 (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	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ
昼	(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)トレッシング和え (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)魚の蒲焼き風 (温)和風煮 (冷)和え物 (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)魚のマヨ焼き(だしあん) (温)ソテー (冷)白菜のトレッシング和え (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	(温)5分粥 (温)魚の煮付け (温)ビーフソテー(あん絡め) (冷)小松菜のお浸し (温)味噌汁
夕	(温)5分粥 (温)味噌煮 (温)大根のあんかけ (冷)トレッシング和え	(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)ムニエル(幼児あんなし) (温)さつまいもの煮物 (冷)春雨サラダ	(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	(温)5分粥 (温)そばろ煮 (温)煮浸し (冷)春雨サラダ

ソフト食(A)

	令和06年07月21日(日)	令和06年07月22日(月)	令和06年07月23日(火)	令和06年07月24日(水)	令和06年07月25日(木)	令和06年07月26日(金)	令和06年07月27日(土)
朝	(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)カリフラワーのトマト煮 (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)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	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(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)魚の蒲焼き風 (冷)和え物 (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	(温)粥ゼリー (温)煮魚 (冷)小松菜のお浸し (温)みそ汁 (冷)たいみそ
夕	(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)マヨソースかけ (温)さつま芋の煮物 (冷)サウザンかけ (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	(温)粥ゼリー (温)中華煮 (温)煮浸し (冷)フレンチ和え (冷)たいみそ