

常食(A)

	令和06年11月17日(日)	令和06年11月18日(月)	令和06年11月19日(火)	令和06年11月20日(水)	令和06年11月21日(木)	令和06年11月22日(金)	令和06年11月23日(土)
朝	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	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)ブロッコリーのツナサラダ (温)ゆで卵	小山パン (冷)いちごジャム (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)ほうれん草ソテー (冷)チーズ	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 (温)ゆで卵	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)冬瓜のコンソメ煮 (冷)フルーツ	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (冷)チーズ
昼	(温)米飯 (温)鯖の塩焼き (温)高野の炊き合わせ (冷)白菜の甘酢和え (温)かきたま汁	(温)米飯 (温)肉団子の甘酢あんかけ(揚) (温)もやし炒め (冷)大根の香味和え (温)中華スープ	(温)米飯 (温)魚の照焼き (温)里芋のそぼろあんかけ (冷)カリフラワーのピクルス (温)味噌汁	(温)米飯 (温)焼肉風(キャベ-口) (温)ジャーマンポテト (冷)大根のごま和え (温)ワカメスープ	(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)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
夕	(温)米飯 (温)鶏肉のタルタルソースかけ (温)南瓜のミルク煮 (冷)胡瓜のごま和え	(温)米飯 (温)メルルーサの煮付け (温)茶碗蒸し (冷)ほうれん草の胡麻ドレ和え	(温)米飯 (温)ボルシチ風(シチュー皿) (温)野菜のソテー (冷)豆腐サラダ	(温)米飯 (温)たらのチリソースかけ (温)炒り豆腐 (冷)ひじきサラダ(だしで炊く)	(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

OB食(A)

	令和06年11月17日(日)	令和06年11月18日(月)	令和06年11月19日(火)	令和06年11月20日(水)	令和06年11月21日(木)	令和06年11月22日(金)	令和06年11月23日(土)
朝	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)キャベツのコンソメ煮 (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)ブロッコリーのツナサラダ (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	小山パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)白菜のドレッシング和え (温)スープ(ポターージュ) 季節のフルーツ	食パン (冷)りんごジャム (冷)ヨーグルト (温)ほうれん草ソテー (温)スープ(コーン) 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)牛乳 (冷)カリフラワーのおろしドレッシング和え (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)冬瓜のコンソメ煮 (温)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)白菜のソテー (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(温)米飯 (温)鯖の塩焼き (温)高野の炊き合わせ (冷)白菜の甘酢和え (温)かきたま汁 (温)春巻き 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(温)米飯 (温)肉団子の甘酢あんかけ(揚) (温)もやし炒め (冷)大根の香味和え (温)中華スープ (冷)ごま豆腐 モンブラン (冷)牛乳	(温)米飯 (温)魚の照焼き (温)里芋のそぼろあんかけ (冷)カリフラワーのピクルス (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	(温)米飯 (温)焼肉風(キャベ一口) (温)ジャーマンポテト (冷)ごま和え (温)ワカメスープ (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(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)海鮮しゅうまい 季節のフルーツ (冷)牛乳	(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)春巻き (冷)お月見まんじゅう (冷)ヨーグルト(ソフール)	(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)冷奴 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)茄子の甘辛炒め (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (冷)ほうれん草の胡麻ドレ和え (温)味噌汁 (冷)フルーツ(柿)	(温)米飯 天ぶら 天つゆ お造り パック醤油 茶碗蒸し (温)野菜のソテー (温)味噌汁(あさり) 季節のフルーツ	(温)米飯 ハンバーグ ホタテとえびのホイル焼き フレッシュサラダ (冷)おくらとひじきの和え物 (温)味噌汁 (冷)フルーツ(柿)	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (冷)白菜のゆかり和え (温)すまし汁 季節のフルーツ	(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 (温)肉焼売 (温)すまし汁 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)チンゲン菜のおかか和え (温)すまし汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	令和06年11月17日(日)	令和06年11月18日(月)	令和06年11月19日(火)	令和06年11月20日(水)	令和06年11月21日(木)	令和06年11月22日(金)	令和06年11月23日(土)
朝	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)キャベツのスープ煮 (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)お浸し (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)白菜のお浸し (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)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
昼	(温)5分粥 (温)魚の塩焼き (温)青菜の煮物 (冷)お浸し (温)かきたま汁	(温)5分粥 (温)豚肉のトマト煮 (温)さつまいもの甘煮 (冷)キャベツの和え物 (温)中華スープ	(温)5分粥 (温)魚の照焼き (温)煮浸し (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)焼肉風(たれかける) (温)和風煮 (冷)マヨ和え (温)味噌汁	(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
夕	(温)5分粥 (温)鶏肉のマヨネーズソースかけ (温)小松菜の煮浸し (冷)カリフラワーのサラダ	(温)5分粥 (温)魚の煮付け (温)茶碗蒸し (冷)ほうれん草のサラダ	(温)5分粥 (温)ポトフ (温)野菜のソテー (冷)春雨サラダ	(温)5分粥 (温)魚の中華あんかけ (温)炒り豆腐 (冷)さつまいもの甘煮	(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

## ソフト食(A)

	令和06年11月17日(日)	令和06年11月18日(月)	令和06年11月19日(火)	令和06年11月20日(水)	令和06年11月21日(木)	令和06年11月22日(金)	令和06年11月23日(土)
朝	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)キャベツのスープ煮 (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)お浸し (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)白菜のお浸し (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)ほうれん草ソテー (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)カリフラワーおろしドレッシング (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
昼	(温)粥ゼリー (温)焼き魚(銀あん) (冷)お浸し (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)生姜焼き風 (冷)和え物 (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)ほきの照焼き (冷)ドレッシング和え (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)焼肉風 (冷)マヨかけ (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(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
夕	(温)粥ゼリー (温)鶏肉の和風あんかけ (温)小松菜の煮浸し (冷)カリフラワーのサラダ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)煮魚 (温)煮奴 (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)洋風煮込み (温)野菜のソテー (冷)香味和え (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)野菜あんかけ (温)炒り豆腐 (冷)サラダ (冷)たいみそ	(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