

常食(A)

	令和07年02月16日(日)	令和07年02月17日(月)	令和07年02月18日(火)	令和07年02月19日(水)	令和07年02月20日(木)	令和07年02月21日(金)	令和07年02月22日(土)
朝	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)小松菜のコンソメ煮 (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	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
昼	(温)米飯 (温)焼肉風(キャベ一口) (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	(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
夕	(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(だして炊く)	(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	(温)米飯 (温)魚のムニエル (温)ポテトのコンソメ煮 (冷)白菜のボン酢和え	(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

OB食(A)

	令和07年02月16日(日)	令和07年02月17日(月)	令和07年02月18日(火)	令和07年02月19日(水)	令和07年02月20日(木)	令和07年02月21日(金)	令和07年02月22日(土)
朝	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (温)ほうれん草ソテー (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)カワフラ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)小松菜のコンソメ煮 (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)白菜のソテー (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)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)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	食パン (冷)ママレード (冷)牛乳 (温)しろなのコンソメ煮 (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(温)米飯 (温)焼肉風(キャベツ口) (温)ジャーマンポテト (冷)ごま和え (温)ワカメスープ (温)春巻き 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)蒸しゅうまい 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 (冷)ごま豆腐 チーズケーキ (冷)ヨーグルト	(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)春巻き 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 チーズケーキ (冷)ヨーグルト(ソフール)	(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)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 (冷)おくらとひじきの和え物 (温)味噌汁 季節のフルーツ(はっさく)	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (冷)白菜のゆかり和え (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)米飯 天ぷら 天つゆ お造り パック醤油 茶碗蒸し (温)肉焼売 (温)すまし汁 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 (温)蕪の生姜あんかけ (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (温)ポテトのコンソメ煮 (温)味噌汁 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 (冷)さつま芋サラダ (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 (温)ひじきの煮物 (温)味噌汁 季節のフルーツ(はっさく)

軟々菜(とろみ)

	令和07年02月16日(日)	令和07年02月17日(月)	令和07年02月18日(火)	令和07年02月19日(水)	令和07年02月20日(木)	令和07年02月21日(金)	令和07年02月22日(土)
朝	(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	(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
昼	(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	(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)ピーマンソテー(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
夕	(温)5分粥 (温)魚の中華あんかけ (温)炒り豆腐 (冷)さつま芋の甘煮	(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	(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

## ソフト食(A)

	令和07年02月16日(日)	令和07年02月17日(月)	令和07年02月18日(火)	令和07年02月19日(水)	令和07年02月20日(木)	令和07年02月21日(金)	令和07年02月22日(土)
朝	(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
昼	(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	(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
夕	(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	(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