

常食(A)

	令和07年02月23日(日)	令和07年02月24日(月)	令和07年02月25日(火)	令和07年02月26日(水)	令和07年02月27日(木)	令和07年02月28日(金)	令和07年03月01日(土)
朝	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	食パン (冷)マーマレード (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 (温)ほうれん草のソテー (冷)チーズ	小山パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)白菜の和風和え (温)ゆで卵	食パン (冷)マーマレード (冷)牛乳 (温)カリフラワーコンソメ煮 (冷)フルーツ	ロールパン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)大根のドレッシング和え (冷)チーズ
昼	(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	(温)炊き込み御飯(ゆかり粥) (温)豆腐ステーキ (温)卵とじ (冷)青梗菜の生姜醤油和え (温)すまし汁	(温)米飯 (温)鮭の南部焼 (温)インゲンの中華炒め (冷)マカロニサラダ (温)かきたま汁	(温)米飯 (温)フライ盛り合わせ (温)青菜のソテー (冷)切干の酢の物 (温)コンソメスープ	(温)カレーライス(ルウ注) (冷)フレッシュサラダ(ベーコン焼添える) (冷)甘平 (冷)漬物	(温)米飯 (温)天ぷら (温)天つゆ (冷)キャベツの梅肉和え (温)味噌汁
夕	(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	(温)米飯 (温)ぶりの照焼き(ホースラ2枚) (温)大根のそぼろ炒め (冷)菜の花の酢味噌和え	(温)米飯 (温)回鍋肉 (温)焼豆腐の炊き合わせ (冷)ツナと小松菜のお浸し	(温)米飯 (温)ポークビーンズ (冷)卵豆腐 (冷)インゲンの練りゴマ和え	(温)米飯 (温)鯖のみそ煮 (温)卵の炒め物 (冷)白菜のゆかり和え	(温)米飯 (温)豚肉の味噌漬け焼 (温)小松菜の卵とじ (冷)マカロニサラダ

## OB食(A)

	令和07年02月23日(日)	令和07年02月24日(月)	令和07年02月25日(火)	令和07年02月26日(水)	令和07年02月27日(木)	令和07年02月28日(金)	令和07年03月01日(土)
朝	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)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 (温)インゲンのソテー (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	食パン (冷)マーマレード (冷)牛乳 (温)キャベツのコンソメ煮 (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)ほうれん草のソテー (温)スープ(コーン) 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)ヨーグルト (冷)白菜の和風和え (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	食パン (冷)マーマレード (冷)牛乳 (温)カリフラワーコンソメ煮 (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 (冷)大根のドレッシング和え (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(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)ジョア(プレーン)	(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 (冷)ごま豆腐 チーズケーキ (冷)牛乳	(温)炊き込み御飯(ゆかり粥) (温)豆腐ステーキ (温)卵とじ (冷)青梗菜の生姜醤油和え (温)すまし汁 (温)海鮮しゅうまい 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト	(温)米飯 (温)鰯の南部焼 (温)インゲンの中華炒め (冷)マカロニサラダ (温)かきたま汁 (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(温)米飯 (温)フライ盛り合わせ (温)青菜のソテー (冷)切干の酢の物 (温)コンソメスープ (温)蒸ししゅうまい チーズケーキ (冷)牛乳	(温)カレーライス(ルウ注) (冷)フレッシュサラダ(ペーコン焼添える) (冷)甘平 (冷)漬物 (温)春巻き (冷)ヨーグルト(ソフール)	(温)米飯 (温)天ぷら (温)天つゆ (冷)キャベツの梅肉和え (温)味噌汁 (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)厚揚げの炒め物 (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (冷)春雨の中華風酢の物 (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 (冷)菜の花の酢味噌和え (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 ハンバーグ ホタテとえびのホイル焼き フレッシュサラダ (冷)ツナと小松菜のお浸し (温)すまし汁 季節のフルーツ(はっさく)	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (冷)インゲンの練りゴマ和え (温)味噌汁(あさり) 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)白菜のゆかり和え (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 (温)小松菜の卵とじ (温)味噌汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	令和07年02月23日(日)	令和07年02月24日(月)	令和07年02月25日(火)	令和07年02月26日(水)	令和07年02月27日(木)	令和07年02月28日(金)	令和07年03月01日(土)
朝	(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	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)キャベツのコンソメ煮 (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)白菜の和風ドレッシング和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)コンソメ煮 (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)ドレッシング和え (冷)フルーツ
昼	(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	(温)5分粥 (温)豆腐のくず煮 (温)卵とじ (冷)青梗菜のお浸し (温)すまし汁	(温)5分粥 (温)魚の漬け焼き (温)中華風煮 (冷)和え物 (温)かきたま汁	(温)5分粥 (温)魚のマヨ焼き (温)青菜のソテー (冷)お浸し (温)コンソメスープ	(温)5分粥 (温)肉じゃが (冷)サラダ (冷)ゼリー (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)魚のあんかけ(野菜添え) (温)里芋の和風煮 (冷)チンゲン菜のマヨ和え (温)味噌汁
夕	(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	(温)5分粥 (温)照り焼き(だしあん) (温)じゃが芋の煮物 (冷)マヨ和え	(温)5分粥 (温)和風煮 (温)煮奴 (冷)お浸し	(温)5分粥 (温)ケチャップ煮 (冷)卵豆腐 (冷)インゲンの和え物	(温)5分粥 (温)味噌煮 (温)いんげんのソテー (冷)和え物	(温)5分粥 (温)豚肉の味噌漬け焼 (温)小松菜のソテー (冷)キャベツのサラダ

## ソフト食(A)

	令和07年02月23日(日)	令和07年02月24日(月)	令和07年02月25日(火)	令和07年02月26日(水)	令和07年02月27日(木)	令和07年02月28日(金)	令和07年03月01日(土)
朝	(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	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)キャベツのコンソメ煮 (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)ほうれん草のソテー (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)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)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)トレッシング和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(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	(温)粥ゼリー (温)和風煮 (冷)青梗菜のお浸し (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚の塩焼き風 (冷)マヨかけ (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)ミキ粥ゼリー (温)鮭の塩焼き風 (冷)お浸し (温)コンソメスープ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)ポークソテー風 (冷)サラダ(マヨかけ) (温)みそ汁 (冷)たいみそ (冷)ゼリー	(温)粥ゼリー (温)塩焼き風 (冷)チンゲンの和え物 (温)味噌汁 (冷)たいみそ
夕	(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	(温)粥ゼリー (温)照焼きあんかけ (温)じゃが芋の煮物 (冷)サラダかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)コンソメ煮 (温)煮奴 (冷)お浸し (冷)たいみそ	(温)ミキ粥ゼリー (温)ポークチャップ (温)ソテー (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)味噌煮 (温)いんげんのソテー (冷)和え物 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)鶏の味噌漬け焼き (温)小松菜のソテー (冷)サラダ (冷)たいみそ