

常食(A)

	令和07年03月30日(日)	令和07年03月31日(月)	令和07年04月01日(火)	令和07年04月02日(水)	令和07年04月03日(木)	令和07年04月04日(金)	令和07年04月05日(土)
朝	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 (温)ゆで卵	ロールパン (冷)ママレード (冷)牛乳 (冷)大根のドレッシング和え (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	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
昼	(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)天ぷら (温)天つゆ (冷)キャベツの梅肉和え (温)味噌汁	(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	(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
夕	(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)豚肉の味噌漬け焼 (温)小松菜の卵とじ (冷)マカロニサラダ	(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)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

OB食(A)

	令和07年03月30日(日)	令和07年03月31日(月)	令和07年04月01日(火)	令和07年04月02日(水)	令和07年04月03日(木)	令和07年04月04日(金)	令和07年04月05日(土)
朝	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)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)白菜のソテー (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	ロールパン (冷)ママレード (冷)牛乳 (冷)大根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	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)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)キャベツのソテー (冷)納豆 (温)味噌汁 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)スクランブルエッグ 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)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(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 練り切り (冷)ジョア(プレーン)	(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)牛乳	(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	(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)ジョア(プレーン)	(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 練り切り (冷)牛乳	(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(ソファール)	(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
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)ソテー (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 (温)蕪の生姜あんかけ (温)すまし汁 季節のフルーツ(はっさく)	散らし寿司 パック醤油 炊き合わせ 茶碗蒸し (温)マカロニソテー (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 (温)ポテトのコンソメ煮 (温)味噌汁(あさり) 季節のフルーツ	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (冷)さつま芋サラダ (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 (温)ひじきの煮物 (温)味噌汁 季節のフルーツ(はっさく)	(温)米飯 天ぷら 天つゆ お造り パック醤油 茶碗蒸し (温)厚揚げの炒め物 (温)すまし汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	令和07年03月30日(日)	令和07年03月31日(月)	令和07年04月01日(火)	令和07年04月02日(水)	令和07年04月03日(木)	令和07年04月04日(金)	令和07年04月05日(土)
朝	(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)ドレッシング和え (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	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)和風和え (冷)フルーツ
昼	(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】(温)煮物 (冷)キャベツサラダ (温)かきたま汁	(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	(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)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	(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
夕	(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)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	(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	(温)5分粥 (温)魚の照り焼き (温)ソテー (冷)キャベツのサラダ

## ソフト食(A)

	令和07年03月30日(日)	令和07年03月31日(月)	令和07年04月01日(火)	令和07年04月02日(水)	令和07年04月03日(木)	令和07年04月04日(金)	令和07年04月05日(土)
朝	(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)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 (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	(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)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)塩焼き風 (冷)チンゲンの和え物 (温)味噌汁 (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	(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
夕	(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)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	(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	(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