# 献　立　表

歌食

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | 1/1 | 1/2 | 1/3 |
| 朝 | A定食 | | | | | 全粥 300g<br>魚の柚庵焼(銀だら)<br>梅酢和え(ｽﾀﾞ)<br>果物（みかん）<br>清しﾅ汁(小松菜・花麩) | 全粥 300g<br>チキン三色<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>味噌汁(里芋･三つ葉) | 全粥 300g<br>銀鮭の塩焼き(70)<br>なます（ｽﾞｲｷ）<br>果物(キウイ)<br>清し汁(ｷﾉｺ・ｼﾗﾀｷｺﾞ) |
| | B定食 | | | | | | | |
| 昼 | A定食 | | | | | 全粥 300g<br>松風焼き<br>大根のﾍﾞﾍﾞのﾁﾘ風<br>甘酢和え(ｷｬﾍﾞ・ﾆﾝ) | 全粥 300g<br>シチュー(カレー風味)<br>野菜のマリネ<br>ヨーグルトデザート | 全粥 300g<br>豚肉と焼豆腐の炒め物<br>長芋のみたらし風<br>ｷｬﾍﾞﾂの和え物 |
| | B定食 | | | | | | | |
| 夕 | A定食 | | | | | 全粥 300g<br>鯛の照り煮<br>炊き合わせ<br>筋子のお浸し | 全粥 300g<br>すきやき煮（冬・軟）<br>南瓜の甘辛煮<br>小松菜の土佐和え | 全粥 300g<br>鶏肉の生姜焼き(90)<br>竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの菜じそ和え<br>味噌汁(白菜) |

| | | 1/4 | 1/5 | 1/6 | 1/7 | 1/8 | 1/9 | 1/10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝 | A定食 | 全粥 300g<br>ほっけの塩焼き 70<br>梅の和え物<br>果物（みかん）<br>清し汁(ｷｽﾔｷ・豆腐) | ｰｽ ｿﾃｰ約50g ﾊﾟﾃｰ<br>ｵﾚﾝｼﾞｱｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g ﾊﾞﾀｰ<br>小柱のクリーム煮<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | ★ﾊﾟﾝ90g ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰ<br>ｽｰﾌﾟ仕立て<br>果物（ﾊﾟﾅﾅ0.5単位）<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g ﾊﾞﾀｰ<br>ﾀﾗのｿｰﾃと野菜の炒め物<br>果物（みかん）<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g ﾊﾞﾀｰ<br>鼻ごもり卵<br>付）ﾃｨｯﾌﾟ ﾊﾟｯｸ<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･あんず<br>ポークビーンズ (D)<br>果物(ﾊﾟﾅﾅ)<br>牛乳 |
| | B定食 | | 全粥 300g<br>肉みそ豆腐<br>いんげんのナムル風<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>鶏肉のおろし煮(60)<br>とろろ芋<br>付）パック醤油<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | 全粥 300g<br>五目あんかけ豆腐(五)<br>果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>高野豆腐の味噌煮<br>果物（みかん）<br>牛乳 | 全粥 300g<br>厚揚とﾎﾟﾃﾞｨ菜の煮物<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>ほっけの塩焼き 70<br>いんげんのナムル風<br>果物(バナナ)<br>牛乳 |
| 昼 | A定食 | 全粥 300g<br>鶏肉のトマト煮(皮ナ60)<br>銀しぎ<br>春雨サラダ(5) | 全粥 300g<br>回鍋肉<br>大根とツナのｻﾗﾀﾞ<br>焼売② | 全粥 300g<br>鮭の雲味ｿｰｽ（焼）<br>春雨の金平煮<br>小松菜の土佐和え | 肉うどん(16)<br>豚肉の生姜炒め<br>竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平<br>煮豆(金時豆) | 全粥 300g<br>煮だつの野菜あんかけ<br>南瓜の煮物<br>白菜のお浸し | 全粥 300g<br>めんつゆ(温)<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>白菜とｷｰｺﾝのソテー | 全粥 300g<br>鯛の田楽焼き<br>焼き竹輪と大根の煮物<br>春雨ｻﾗﾀﾞ(ｷｬﾍﾞ) |
| | B定食 | 全粥 300g<br>鯛の照り焼き<br>銀しぎ<br>春雨サラダ(5) | たらこｸﾘｰﾑﾊﾟｽﾀﾞﾃｨ80<br>クリームソース<br>大根とツナのｻﾗﾀﾞ<br>焼売② | 全粥 300g<br>鶏肉の照り焼き<br>南瓜の金平煮<br>小松菜の土佐和え | 全粥 300g<br>鮭の雲草焼き(80)<br>竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平<br>煮豆(金時豆) | 全粥 300g<br>豚肉の卵炒め(5)<br>南瓜の煮物<br>白菜のお浸し | 全粥 300g<br>鮭のムニエル<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>白菜とｷｰｺﾝのソテー | 全粥 300g<br>鶏肉の徳定焼き(90)<br>焼き竹輪と大根の煮物<br>春雨ｻﾗﾀﾞ(ｷｬﾍﾞ) |
| 夕 | A定食 | 全粥 300g<br>メバルの梅焼き<br>含め煮(高野豆腐)<br>南瓜サラダ<br>清し汁(小松菜・花麩) | 全粥 300g<br>ﾒﾙﾛｰｻ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼<br>ｶﾆｶﾏﾎﾞｺﾞｻﾗﾀﾞ(マヨ)<br>フルーツ菓(黄桃)<br>味噌汁(ｴﾋﾞ・豆麩) | 全粥 300g<br>ミートローフ<br>ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｻﾗﾀﾞ(マヨ)<br>フルーツ菓(黄桃)<br>味噌汁(ｴﾋﾞ・豆麩) | 全粥 300g<br>赤魚の西京焼き(60<br>煮ふきとうと麩の煮物<br>ﾏﾀﾛｯﾄﾞｺﾌﾞﾌﾙｰﾂﾎﾞﾝｻﾗﾀﾞ<br>清し汁(ｷﾉｺ・ｼﾗﾀｷｺﾞ) | 全粥 300g<br>のし鶴<br>野菜の甘辛炒め(D)<br>ﾏﾀﾛｯﾄﾞｺﾌﾞﾌﾙｰﾂﾎﾞﾝｻﾗﾀﾞ<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･ﾀﾏﾈｷ) | 全粥 300g<br>菜頭はるみさん監修の<br>鶏そぼろと麩の煮物<br>ｻｲｺﾛｻﾗﾀﾞ<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･ﾀﾏﾈｷ) | 全粥 300g<br>豚肉の甘辛焼き(80)<br>高ﾅッﾌ和え(小松菜)<br>義切り昆子黒豆かけ<br>味噌汁(豆腐) |

| | | 1/11 | 1/12 | 1/13 | 1/14 | 1/15 | 1/16 | 1/17 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝 | A定食 | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>ﾂﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮<br>果物(オレンジ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | ﾊﾟﾝ90g ﾊﾞﾀｰ<br>野菜ｿﾃｰ U<br>果物（ﾊﾟﾅﾅ0.5単位）<br>牛乳 | ★ﾊﾟﾝ90g ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰ<br>卵ﾀﾗｻﾞ (5)<br>果物（みかん）<br>牛乳 | ｰｽ ｿﾃｰ約50g ﾊﾟﾃｰ<br>鶏肉のクリーム煮<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>ハムエッグ<br>付）ケチャップ ﾊﾟｯｸ<br>果物(オレンジ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･あんず<br>豚しゃぶｻﾗﾀﾞ<br>ﾉﾝｵｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ減塩ｺﾞﾏ<br>果物(キウイ)<br>牛乳 |
| | B定食 | 全粥 300g<br>野菜のそぼろ煮<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>豆腐の卵とじ(五)<br>果物(オレンジ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | 全粥 300g<br>鯛の塩焼き(60)<br>竹の和え物(ｷｳﾘ・ﾆﾝｼﾞﾝ)<br>果物（ﾊﾟﾅﾅ0.5単位）<br>牛乳 | 全粥 300g<br>土佐納豆(五)<br>大根の煮物<br>果物（みかん）<br>牛乳 | 全粥 300g<br>メバルの煮付け<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>鯖つみれの煮物<br>果物(オレンジ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>焼き豆腐の煮物<br>冬瓜の和え物<br>果物(キウイ)<br>牛乳 |
| 昼 | A定食 | 全粥 300g<br>タンドリーチキン<br>さつま芋とりんご煮<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ) | けんちんうどん 200<br>けんちんﾂﾕ(5)<br>煮豆(金時豆)<br>甘酢和え（かぶ） | 全粥 300g<br>鶏むつのﾄﾏﾄｿｰｽ(80)<br>ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾊﾑ) | 全粥 300g<br>ホキの味噌焼き<br>筑平の煮物<br>小松菜のお浸し<br>ふりかけ（Caｻﾌﾟﾘ） | 全粥 300g<br>八宝菜（五）<br>焼売③<br>二色なます | 全粥 300g<br>ビビンバ（豚）<br>竹輪と麩の炒め煮<br>フルーツカクテル | 全粥 300g<br>チキンｶﾚｰ約80(ｶﾚｰ風味<br>花野菜サラダ<br>ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾞﾚｰ添え |
| | B定食 | 全粥 300g<br>玄照豆腐(五)<br>さつま芋とりんご煮<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ) | 全粥 300g<br>鯖の味噌ｿｰｽｰｽ焼き<br>煮豆(金時豆)<br>甘酢和え（かぶ） | 全粥 300g<br>豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ<br>付）ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ<br>ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾊﾑ) | ﾌｨﾚﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(80)<br>筑平の煮物<br>小松菜のお浸し | 全粥 300g<br>めんつゆ(卵とじ)<br>焼売③<br>二色なます | 全粥 300g<br>黒ﾌのｷﾅｺ焼き風(5)<br>竹輪と麩の炒め煮<br>フルーツカクテル | 全粥 300g<br>花野菜サラダ<br>ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾞﾚｰ添え |
| 夕 | A定食 | 全粥 300g<br>鯖の塩焼き(60)<br>付）パック醤油<br>ﾂﾅの味噌炒め(5)<br>白玉あんみつ | 全粥 300g<br>ﾊﾟﾙの和風ｿｰｽ(5)<br>野菜の甘み仕炒め<br>ﾂﾅの味噌炒め(5)<br>チョコプリン | 全粥 300g<br>鶏肉の照り焼き<br>春雨の金平煮<br>白菜の酢の物<br>味噌汁(ﾜｶﾒ・豆腐) | 全粥 300g<br>酢どり(5)(90)<br>野菜の中華和え<br>大学芋風あんからめ<br>中華ｽｰﾌﾟ(白菜) | 全粥 300g<br>牛丼風煮(豚)<br>小松菜の和え物<br>フルーツ菓(みかん)<br>味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･豆腐) | 全粥 300g 粉焼き(16)<br>付）パックソース<br>星形の煮物<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん | 全粥 300g<br>アカウオの塩焼(80)<br>付）パック醤油<br>星形の煮物<br>甘酢和え（麩・葉）<br>卵ｽｰﾌﾟ |

| | | 1/18 | 1/19 | 1/20 | 1/21 | 1/22 | 1/23 | 1/24 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝 | A定食 | ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ<br>豚肉と野菜のﾃﾘｰ(5)<br>果物(バナナ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>ﾐﾗｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ)<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･あんず<br>ハム野菜ｿﾃｰ<br>果物(バナナ)<br>牛乳 | ★ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮(ｷﾉ)<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>南瓜と焼き肉のｽｰﾌﾟ煮<br>果物（みかん）<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ<br>ｽﾀﾐﾅｰﾚ(ﾀﾗ)<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | ﾊﾟﾝ90g･あんず<br>筑前煮<br>果物(キウイ)<br>牛乳 |
| | B定食 | 全粥 300g<br>炒り卵<br>和え物(白菜)(5)<br>果物(バナナ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | 全粥 300g<br>玉目野菜煮(5)<br>温泉卵 醤油pc<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>和風炒めしﾎﾚｷﾋﾞ)<br>果物(バナナ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>がんもと野菜の煮物<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>土佐納豆(五)<br>大根とちくわの煮物<br>果物（みかん）<br>牛乳 | 全粥 300g<br>ほっけの塩焼き 70<br>付）パック醤油<br>中華風和え物(5)(長芋)<br>果物(ﾒﾛﾝ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | 全粥 300g<br>筑前煮(5)<br>果物(キウイ)<br>牛乳 |
| 昼 | A定食 | 全粥 300g<br>ブリの照り焼き(60)<br>きつねいもの甘辛煮<br>お浸し(ｺﾏﾂﾅ)T | 全粥 300g<br>K.Kチキュー(5)(ｶﾚｰ風味)<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ) | 菜頭はるみさん監修の<br>ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄｿｰｽ(80)<br>コーンサラダ(冬)<br>白菜と小柱のﾃﾘｰ | 全粥 300g<br>ﾒﾙﾛｰｻのﾀﾙﾀﾙｿｰｽ<br>付）ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ<br>冬瓜のくず煮<br>ゆかり和え（白菜）<br>のり佃煮Pc | 全粥 300g<br>ﾎﾟﾃｰｻﾗﾀﾞ(D)<br>じゃが芋の煮物<br>青梗菜のお浸し | 全粥 300g<br>牛焼肉<br>煮浸し(白菜・ｺﾝﾆｬｸ)<br>さつま芋ｻﾗﾀﾞ | 全粥 300g<br>鯖の梅風味照焼き<br>煮浸し(白菜・ｺﾝﾆｬｸ)<br>さつま芋ｻﾗﾀﾞ |
| | B定食 | 全粥 300g<br>牛肉ﾃﾞﾐﾐｰｽ煮込み<br>きつねいもの甘辛煮<br>お浸し(ｺﾏﾂﾅ)T | 全粥 300g<br>鮭のﾚﾓﾝ焼き(60)<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ) | 全粥 300g<br>ﾌﾛｽﾃﾞ)のおろし煮<br>コーンサラダ(冬)<br>白菜と小柱のﾃﾘｰ | 全粥 300g<br>鶏肉の雪味ｿｰｽ(焼90)(5)<br>冬瓜のくず煮<br>ゆかり和え（白菜）<br>のり佃煮Pc | 全粥 300g<br>鯖のチーズ焼き(80)<br>じゃが芋の煮物<br>青梗菜のお浸し | 全粥 300g<br>メバルの味噌焼き<br>煮浸し(白菜・ｺﾝﾆｬｸ)<br>さつま芋ｻﾗﾀﾞ | 全粥 300g<br>豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ<br>高野豆腐とｽﾅｵの炒めもの<br>なすの胡麻和え(5) |
| 夕 | A定食 | 全粥 300g<br>鶏肉のソテー(80)<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ)<br>赤ピ豆腐<br>中華ｽｰﾌﾟ | 全粥 300g<br>メバルの煮付け<br>炒り豆腐<br>なす酢味噌和え | 全粥 300g<br>鯖の照り焼<br>酢和え(ｷｬﾍﾞ・ﾆﾝ)<br>ロールケーキ(抹茶)<br>練り梅Pc | 全粥 300g<br>ミートローフ<br>ナスの炒め物<br>小松菜と節の和え物<br>ﾏﾀﾛｯﾄﾞｺﾌﾞﾌﾙｰﾂﾎﾞﾝｻﾗﾀﾞ | 全粥 300g<br>筑子煮(D)<br>甘酢和え（麩・葉）<br>手作りゼリー(ｸﾚｰﾌﾞ)<br>味噌汁(豆腐) | 全粥 300g<br>小の野菜あんかけ(60<br>春雨の金平煮<br>義切り昆子黒豆かけ<br>味噌汁(玉型・麩) | 全粥 300g<br>豆腐のﾍﾞｰｺ<br>大根の生姜炒め<br>酢味噌和え<br>チョコプリン |

| | | 1/25 | 1/26 | 1/27 | 1/28 | 1/29 | 1/30 | 1/31 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝 | A定食 | ｰｽ ｿﾃｰ約50g ﾊﾟﾃｰ<br>鶏肉と野菜のｺﾝｿﾒ煮<br>果物(オレンジ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ<br>白菜と小柱のｽｰﾌﾟ<br>果物(バナナ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>ポークビーンズ<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | ★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰ<br>ｵﾚﾝｼﾞｱｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ<br>果物（ﾊﾟﾅﾅ0.5単位）<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ｲﾀﾘｱﾝ ｿｰｾｰｽ<br>スープ煮(トリ)<br>果物(オレンジ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･あんず<br>ｳﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ<br>南瓜のスープ煮<br>果物(キウイ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） |
| | B定食 | 全粥 300g<br>パリッみれの煮物<br>浜辺三絲(5)<br>果物(オレンジ)<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） | 全粥 300g<br>メバルの煮付け<br>煮浸し(白菜・ｺﾝﾆｬｸ)<br>果物(バナナ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>高野豆腐と星芋の煮物<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>卵焼(手作り)<br>鮑の煮付<br>果物（ﾊﾟﾅﾅ0.5単位）<br>牛乳 | 全粥 300g<br>鮭の塩焼き 50<br>野菜とくわの煮物<br>果物(オレンジ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>和風ｵｰﾑﾚｯﾂ(5)<br>果物(キウイ)<br>牛乳 | 全粥 300g<br>炒り卵<br>ゆかり和え（長芋）<br>果物（みかん）<br>ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ） |
| 昼 | A定食 | 五目あんかけうどん<br>焼売③<br>かぶのナムル | 全粥 300g<br>チキンソテー (5)<br>ツナサラダ(冬)<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｽﾀﾐﾅ) | 全粥 300g<br>鶏肉の照り焼<br>中華風炒り豆腐<br>ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え<br>ふりかけ（Caｻﾌﾟﾘ） | 全粥 300g<br>鯛の甘酢あん (5)<br>筍子の生姜炒め<br>ロールケーキ(抹茶) | 全粥 300g<br>鶏肉の味噌焼き<br>厚揚げと青菜の煮物<br>白菜のお浸し(5) | 全粥 300g<br>ﾊﾟｲｺﾞﾛｯｸｽｰｽかけ(40<br>じゃがいものそぼろ煮<br>ｾﾞﾅﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ) | 全粥 300g<br>松風焼き<br>煮浸し(白菜・ｺﾝﾆｬｸ)<br>ﾏﾀﾛｯﾄﾞ和え(ﾌﾞﾛｰｻﾞﾘ) |
| | B定食 | 全粥 300g<br>鮭の雲草焼き(80)<br>焼売③<br>かぶのナムル | 全粥 300g<br>ﾒﾙﾛｰｻ(白身)ｶﾚｰ風味焼<br>ツナサラダ(冬)<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｽﾀﾐﾅ) | 全粥 300g<br>きつねうどん(200)<br>めんつゆ(温)<br>中華風炒り豆腐(ｴﾋﾞ)<br>ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え | 全粥 300g<br>豚肉の照り焼<br>筍子の生姜炒め<br>ロールケーキ(抹茶) | 全粥 300g<br>ﾀﾗのｷﾑﾁ粉焼<br>付）パックソース<br>厚揚げと青菜の煮物<br>白菜のお浸し(5) | 全粥 300g<br>チキンソテー<br>じゃがいものそぼろ煮<br>ｾﾞﾅﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ) | 全粥 300g<br>ぶり大根<br>煮浸し(白菜・ｺﾝﾆｬｸ)<br>ﾏﾀﾛｰｽﾞ 和え(ﾌﾞﾛｰｻﾞﾘ)<br>ふりかけ（Caｻﾌﾟﾘ） |
| 夕 | A定食 | 全粥 300g<br>ビーフシチュー<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)<br>ﾌﾙｰﾂﾎﾞｰﾝﾌﾞ | 全粥 300g<br>型玉<br>春雨ｻﾗﾀﾞ(ﾑﾝﾄﾞｳ)<br>杏仁豆腐 | 全粥 300g<br>赤魚の西京焼き(60<br>豚肉と大根の炒め物<br>ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)(5)<br>味噌汁(ﾜｶﾒ・豆麩) | 全粥 300g<br>コロッケ(5)(焼<br>付）パックソース<br>ｽﾀﾐﾅｻﾗﾀﾞ(大根)<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｽﾀﾐﾅ・ﾆﾝﾆﾝ) | 全粥 300g<br>シルバーのﾚﾓﾝ焼き<br>春雨のさっと煮T<br>あんみつ<br>味噌汁(玉巻・麩) | 全粥 300g<br>麻婆豆腐(5)<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ)<br>中華ｽｰﾌﾟ(卵) | 全粥 300g<br>ホキの野菜ｿｰｽ(5)<br>炊き合わせ(高野豆腐)<br>ご和え(ｷｬﾍﾞﾂ)<br>味噌汁(大根・ﾜｶﾒ) |

＊献立は都合により変更させていただくことがございます。