

2025年



献立表



	日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
	1	2	3	4	5	6	7
朝	ローレル はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソーテー 牛乳	イエローローレル ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ（ペーコン） 牛乳	黒糖ローレル りんごジャム&マーガリン ミニサラダ（蒸し鶏） コーンスープ 牛乳	ローレルパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） 牛乳	イエローローレル マーガリン スクランブルエッグ スープ煮（カレー） 牛乳	黒糖ローレル いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 牛乳	丸ローレル マーメレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 回鍋肉 中華豆腐 菜物	ごはん ハッシュドビーフ マカロニサラダ 菜物	ごはん 四角麻婆豆腐 キャベツとえびのサラダ 菜物	ごはん さわらの鰯焼 揚げじゃが なます 菜物	ごはん 豚肉西京焼き 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの 菜物	ごはん 白身魚の香り焼き けんちん煮 しらす和え 菜物	ごはん 中華風煮 ショウマイ ふりかけ 菜物
選択食			ごはん 鶏から揚げのマリネ コンソメスープ 大根サラダ 菜物	ごはん たらこのオイル焼?77?77風 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの 菜物	ごはん さわらの鰯煮 けんちん煮 しらす和え 菜物		ごはん さけのマヨネーズ焼き ポトフ なすと鶏肉の煮物 れんこんとひじきの白和え
タ	ごはん さけの塩焼 鶏のそぼろ煮 ほうれん草白和え	ごはん ランドリーチキン 豆腐洋風煮のこあん なすのマリネ	ごはん あじの生夢焼き 里いもの香り炒め 菜の花のこま和え	ごはん チキン南蛮 厚揚げのみそ炒め煮 白菜の中華和え	ごはん すまし汁 菜物	ごはん ミートローフ ポテトサラダ バイザンスープ	ごはん さけのマヨネーズ焼き ポトフ なすと鶏肉の煮物 れんこんとひじきの白和え
選択食			ごはん 鶏もも揚げのたし 海老チリソース 白菜の中華和え	牛井 土佐和え ふ汁 菜物	ごはん 油淋鶏 ポテトサラダ バイザンスープ		
	8	9	10	11	12	13	14
朝	ローレルパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソーテー 牛乳	イエローローレル ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ（ペーコン） 牛乳	黒糖ローレル りんごジャム&マーガリン ミニサラダ（蒸し鶏） コーンスープ 牛乳	ローレルパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） 牛乳	イエローローレル マーガリン スクランブルエッグ スープ煮（カレー） 牛乳	黒糖ローレル いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 牛乳	丸ローレル マーメレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 鶏の香焼 炊き合わせ 漬し 菜物	ごはん ポークカレー 青じそ豆サラダ つけもの	ごはん ポークソーテー えび入炒り卵 オクラのマリネ 菜物	ごはん さわらの山椒焼き 厚揚げと良柱の旨煮 胡瓜のおかか和え	ごはん 白身魚から揚げ 中華風炒り豆腐 しずたまふり 菜物	ごはん 鶏の煮込み ひじき豆 牛子和え	ごはん 鶏肉 わかめスープ 中華和えもの 菜物
選択食				ごはん たらこのから揚げ甘酢あんかけ もやしナムル 鶏スープ 菜物	ごはん ミートボールトマト煮込み じゃがいもバター醤油炒め 和えもの 菜物		
タ	ごはん 豆腐ハンバーグ こぼろの胡瓜風 土佐和え	ごはん 白身魚あんかけ 鶏じゃが ごま和え	ごはん さんま塩焼 鶏じゃが 和えもの	ごはん ハンバーグ 野菜とえびのポトフ 大根りらダ	豚汁に飯 うなぎ 鶏のから揚げ 菜の花の鶏肉和え	ごはん 天ぷら 酢の物の 赤だし	ごはん 白身魚のカレーパン粉焼 ポテトチップス ソナこぼろサラダ
選択食				豚汁に飯 うなぎ 鶏のから揚げ 菜の花の鶏肉和え	ごはん すき焼き風煮 菜の花の鶏肉和え		
	15	16	17	18	19	20	21
朝	ローレルパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソーテー 牛乳	イエローローレル ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ（ペーコン） 牛乳	黒糖ローレル りんごジャム&マーガリン ミニサラダ（蒸し鶏） コーンスープ 牛乳	ローレルパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） 牛乳	イエローローレル マーガリン スクランブルエッグ スープ煮（カレー） 牛乳	黒糖ローレル いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 牛乳	丸ローレル マーメレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 蒸し鶏玉ねぎソース 和えもの かき卵汁	ごはん 豚肉の生夢焼き さつまいもの豆煮 ごま和え	ごはん さけの甘煮あん しめじと揚げののりしる煮 漬し 菜物	親子丼 冷やっこ のっぺい汁	ごはん 魚魚の煮付け 白豆 ごま酢和え	ごはん ちゃんちゃん焼き 鶏さん煮 小松菜とごま和え	焼きそば 白飯のレモン和え アロエヨーグルト
選択食			ごはん さわらの山椒みそ焼き 小こはん 冷やっこ	ごはん さわらの山椒みそ焼き ごま酢和え	ごはん さけの山椒みそ焼き ごま酢和え	ごはん さけの山椒みそ焼き ごま酢和え	
タ	ごはん 白身魚のチリソース なすのそぼろ煮 サウー煮	ごはん さばのみ煮 鶏肉と大根の煮物 山椒和え	ごはん 豚肉と野菜のみそマヨネーズかけ キャシュ ふりかけ	ごはん 白身魚フライ ポトフ きし和え 菜物	カレーピラフ 南瓜のそぼろ煮 かつら 菜物	ごはん 鶏のから揚げ コンソメスープ 菜物	ごはん あじの照り焼 しぐれ煮 すまし汁酢和え 菜物
選択食	ごはん 白身魚のチリソース なすのそぼろ煮 サウー煮	ごはん さばのみ煮 鶏肉と大根の煮物 山椒和え	ごはん さけの山椒みそ焼き 小こはん 冷やっこ	ごはん さわらの山椒みそ焼き ごま酢和え	ごはん さけの山椒みそ焼き ごま酢和え	ごはん さけの山椒みそ焼き ごま酢和え	
	22	23	24	25	26	27	28
朝	ローレルパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソーテー 牛乳	イエローローレル ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ（ペーコン） 牛乳	黒糖ローレル りんごジャム&マーガリン ミニサラダ（蒸し鶏） コーンスープ 牛乳	ローレルパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） 牛乳	イエローローレル マーガリン スクランブルエッグ スープ煮（カレー） 牛乳	黒糖ローレル いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 牛乳	丸ローレル マーメレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 回鍋肉 中華豆腐 菜物	ごはん ハッシュドビーフ マカロニサラダ 菜物	ごはん 四角麻婆豆腐 キャベツとえびのサラダ 菜物	ごはん さわらの鰯焼 揚げじゃが なます 菜物	ごはん 豚肉西京焼き 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの 菜物	ごはん 白身魚の香り焼き けんちん煮 しらす和え 菜物	ごはん 中華風煮 ショウマイ ふりかけ 菜物
選択食			ごはん 鶏から揚げのマリネ コンソメスープ 大根サラダ 菜物	ごはん たらこのオイル焼?77?77風 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの 菜物	ごはん さわらの鰯煮 けんちん煮 しらす和え 菜物		ごはん さけのマヨネーズ焼き ポトフ なすと鶏肉の煮物 れんこんとひじきの白和え
タ	ごはん さけの塩焼 鶏のそぼろ煮 ほうれん草白和え	ごはん ランドリーチキン 豆腐洋風煮のこあん なすのマリネ	ごはん あじの生夢焼き 里いもの香り炒め 菜の花のこま和え	ごはん チキン南蛮 厚揚げのみそ炒め煮 白菜の中華和え	ごはん すまし汁 菜物	ごはん ミートローフ ポテトサラダ バイザンスープ	ごはん さけのマヨネーズ焼き ポトフ なすと鶏肉の煮物 れんこんとひじきの白和え
選択食			ごはん 鶏もも揚げのたし 海老チリソース 白菜の中華和え	牛井 土佐和え ふ汁 菜物	ごはん 油淋鶏 ポテトサラダ バイザンスープ		
	29	30					
朝	ローレルパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソーテー 牛乳	イエローローレル ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ（ペーコン） 牛乳					
昼	ごはん 鶏の香焼 炊き合わせ 漬し 菜物	ごはん ポークカレー 青じそ豆サラダ つけもの					
選択食							
タ	ごはん 豆腐ハンバーグ こぼろの胡瓜風 土佐和え	ごはん 白身魚あんかけ 鶏じゃが ごま和え					
選択食							

- ・ 常食Aの予定献立です。実施献立は都合により、予告なく変更になる場合がございます。
- ・ 昼・夕でメニューが2種類載っている日は、選択メニュー実施日です。
- ・ 赤費部のページはこちらです。