令和2年　10月　喜　望　園　献　立　表

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					レーズンドッグ バナナ コーヒー牛乳	茶粥 にしんの煮付け さくら漬物	卵がゆ 高野豆腐煮 線切り大根漬け
昼食					御飯 焼魚 里芋のそぼろ煮 お吸いもの 線切り大根漬け	御飯 肉団子の甘酢あんかけ 蒸ししゅうまい かき卵わかめスープ しば漬け	おにぎり（白） ワンタンラーメン 揚げなす ヤクルト
夕食					御飯 ハンバーグ 温泉卵 みそ汁（じゃが芋） Ｑちゃん漬け	御飯 おでん きゅうりとかにかまの酢の物 お吸い物（とろろ昆布） つぼ漬け	御飯 白身魚のフライ ごぼうの炒め煮 清汁（なめこ） Ｑちゃん漬け
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	ミニあんパン ミニクリームパン ６ｐチーズ+代６ 牛乳	白粥 じゃが芋煮付け 梅びしお	茶粥 大豆の五目煮 鯛みそ	白粥 大根のそぼろ煮 花好み佃煮	クリームエスカルゴ スパゲティーサラダ コーヒー牛乳	白粥 切り干し大根煮 昆布佃煮	茶粥 炒め煮（小松菜平テン） のりの佃煮チューブ
昼食	御飯 焼魚（鮭） かぼちゃの甘煮 五目汁 さくら漬物	山菜ちらし 白菜の和物 赤みそ汁 酢生姜	御飯 焼魚（鯖） 筑前煮 みそ汁（もやし） Ｑちゃん漬け	おにぎり（かつお） きのこそば さつま芋のレモン煮 つぼ漬け	御飯 煮魚（赤魚） 五目金平 みそ汁 線切り大根漬け	御飯 五目卵焼き 白菜のお浸し みそ汁（わかめ） つぼ漬け	チャーハン 千草サラダ きのこのスープ ヤクルト
夕食	ハヤシライス キャベツとツナのサラダ らっきょ漬け	御飯 鶏もも肉の照焼き 春雨サラダ みそ汁（そーめん） つぼ漬け	他人丼 ほうれん草のごま和え みそ汁（豆腐） 線切り大根漬け	カレーライス 野菜サラダ フルーツ缶 福神漬け	御飯 焼肉（もやし） 湯豆腐 みそ汁（つみれ） しば漬け	御飯 天ぷら 胡麻豆腐 みそ汁（なめこ） Ｑちゃん漬け	御飯 ちゃんこ鍋・味噌 バナナ つぼ漬け
	11	12	13	14	15		
朝食	シュガーバターコッペ オムレツ 牛乳	白粥 ちくわのいり煮（キャベツ） つぼ漬け	茶粥 さつま芋の旨煮 梅干し	おじや 高野豆腐煮 鯛みそ	イエローロール キャベツの炒めもの コーヒー牛乳		
昼食	御飯 かぼちゃコロッケ 大根のそぼろ煮 みそ汁（小松菜） Ｑちゃん漬け	豚まんアンまん、カレーまん みかん コーヒー	御飯 焼魚（黒鯛） 胡瓜とかにかまの酢の物 清汁 線切り大根漬け	御飯 鰆の西京焼き 柳川とじ みそ汁（なめこ） しば漬け	おにぎり 焼きそば 炒め煮（小松菜平テン） みそ汁（わかめ） つぼ漬け		
夕食	御飯 牛肉と玉ねぎの甘辛炒め 里芋の旨煮 赤みそ汁 さくら漬物	御飯 鶏肉の唐揚げ じゃが芋のうま煮 みそ汁（つみれ） しば漬け	シーフードカレー マカロニサラダ 福神漬け	御飯 チーズハンバーグ 里芋のごま煮 みそ汁（はんぺん） Ｑちゃん漬け	御飯 鶏もも肉のレモンペッパー焼き 里芋の田楽 みそ汁（なす） さくら漬物		

10月 喜望園献立表

	日	月	火	水	木	金	土
						16	17
朝食						青菜粥 鶏肉と白菜の煮込み 昆布佃煮	白粥 シラス干し 鯛みそ
昼食						御飯 ミンチカツ ほうれん草の和物 豆腐の清汁 Ｑちゃん漬け	チキンライス しめじの和風サラダ キャベツのスープ らっきょ漬け ヤクルト
夕食						御飯 照り焼き（ぶり） 豚と茄子の炒め煮 みそ汁（もやし） しば漬け	御飯 五目卵焼き 湯豆腐 みそ汁（小松菜、なる 線切り大根漬け
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	北海道ミルクパン 抹茶ツイスト 鉛筆ソーセージ 牛乳	茶粥 煮付け（てら） 金山時みそ	白粥 切り干し大根煮 花好み佃煮	茶粥 じゃが芋のうま煮 さくら漬物	ショコラロール ポテトサラダ コーヒー牛乳	茶粥 高野豆腐卵かけ 昆布佃煮	白粥 金時豆の甘煮 梅干し
昼食	御飯 煮魚（白身魚） がんも煮 みそ汁（そーめん） Ｑちゃん漬け	ホットドッグ（卵・ウインナー） フルーツ缶 紅茶	御飯 豚肉の生姜焼き ナムル かき卵わかめスープ 白菜キムチ	三色丼 胡瓜の酢の物 みそ汁 線切り大根漬け	御飯 刺身盛りあわせ 茶わん蒸し みそ汁 つぼ漬け	ネオマーガリン ハムソテー キャベツとツナのサラダ コーヒー	おにぎり お好み焼 いんげんのごまみそ和 みそ汁（もやし） ヤクルト
夕食	御飯 ミートローフ 春雨サラダ コンソメスープ しば漬け	御飯 ポークビカタ ポテトサラダ かき玉汁 線切り大根漬け	御飯 煮魚（赤魚） 白和え みそ汁（なめこ） つぼ漬け	御飯 あじフライ スパゲティーソテー さつま芋の煮付 みそ汁（絹ごし、えのき しば漬け	かやく御飯 里芋の含め煮 ほうれん草のごま和え 清汁（なめこ） Ｑちゃん漬け	御飯 ササミの揚げタレ漬け かぼちゃの甘煮 味噌汁 しば漬け	カレーライス 大根サラダ 福神漬け
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ミニ食パン（いちご） ゆで卵 牛乳	おじや（ニラ玉） がんも煮 金山寺味噌	白粥 こぼう煮 梅干し	茶粥 大根のそぼろ煮 花好み佃煮	カスタードロール 魚肉ソーセージ炒め コーヒー牛乳	茶粥 白菜の煮込み 鯛みそ	白粥 おかず金平 のりの佃煮チューブ
昼食	栗おこわ 玉子焼 もやしのごま和え 豚汁 しば漬け	御飯 松風焼き 春雨の酢物 みそ汁（もやし） さくら漬物	御飯 焼魚（鮭） ひじき煮 みそ汁(キャベツ) 線切り大根漬け	焼き飯 蒸ししゅうまい コーンと野菜のスープ 福神漬け	おにぎり えび天うどん 小松菜のわさび和え つぼ漬け	松茸ご飯 焼魚（鮭） 茶わん蒸し 清汁（まつたけ） しば漬け	バターロールパン クリームシチュー コンビネーションサラ
夕食	御飯 鯖の味噌煮 厚揚げと白菜の旨煮 みそ汁(巻麩) 線切り大根漬け	御飯 鶏もも肉の照焼き 切り干し大根煮 みそ汁（卵、ふ） つぼ漬け	御飯 かにクリームコロッケ ごぼうの炒め煮 みそ汁(じゃが芋) Ｑちゃん漬け	御飯 煮魚（赤魚） もやしの炒物 みそ汁（そーめん） しば漬け	御飯 トンカツ かぼちゃの甘煮 みそ汁(ほうれん草) 線切り大根漬け	御飯 八宝菜 焼きぎょうざ かき卵わかめスープ Ｑちゃん漬け	御飯 鶏もも肉の照焼き 黒豆煮豆 清汁（はんぺん、みつば） さくら漬物