

令和3年 12月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				茶粥 茄子の和風あんかけ	イエローロール 人参しりしり 豆乳（コーヒー）	茶粥 茄子の吉野煮	白粥 高野豆腐煮
昼食				赤飯 鶏もも肉の照焼き 春菊の白和え みそ汁（わかめ）	御飯 ほっけの塩焼き 大根のはりはり漬け 鶏肉の天ぷら きゅうりと若布の酢物 かき玉汁	三色丼 おからとツナのサラダ みそ汁（なめこ）	ミンチカツ めかぶの三杯酢和え 豆腐とかにかまのスープ ヤクルト
夕食				御飯 牛肉と豆腐の卵とじ 切り昆布と油揚げの煮物 ブロッコリーの胡麻和え みそ汁（じゃが芋）	ポークチャップ キャベツのサラダ みそ汁（玉ねぎ）	御飯 鮭の幽庵焼き 豆乳がんもの含め煮 ピーマンとじゃこの炒 みそ汁（じゃが芋）	御飯 煮魚（赤魚） 牛肉とごぼうのしぐれ煮 胡瓜の胡麻和え みそ汁（はんぺん）
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	十勝あんぱん スパゲティーサラダ 野菜ジュース	茶粥 五目卵焼き	白粥 ひじき煮	茶粥 きやべつのお浸し	レーズンドッグ ほうれん草と玉ねぎのソテー 豆乳（コーヒー）	白粥 茎わかめのさっぱり和え	茶粥 さつま芋の甘煮
昼食	御飯 たらの味噌焼き さつま揚げの煮物 みそ汁（もやし）	御飯 ハヤシライス カリフラワーのベーコン炒め 蒸し鶏のサラダ	おにぎり（鮭、カツオ、昆布） みそらーめん 蒸シューマイ ほうれん草のナムル	御飯 白身魚の香草焼き 茄子としめじのトマトソース マカロニサラダ みそ汁（じゃが芋）	御飯 鶏ももの唐揚げ 玉子焼 人参とピーマンの胡麻和え みそ汁（厚揚げ、えの）	おにぎり スパゲティーナポリタン コールスロー	御飯 豚肉と根菜の胡麻豆腐煮 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁（じゃが芋） ヤクルト
夕食	御飯 鶏肉のつくねと大根の煮物 うの花いり ブロッコリーのおかかマヨ和え みそ汁（わかめ）	御飯 太刀魚の塩焼き ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁（なめこ）	御飯 鯖の煮つけ きゅうりとねぎの塩だれ和え みそ汁（卵、ふ）	御飯 肉じゃが 彩り卵とじ みそ汁（巻麩）	御飯 デミグラスソースハンバーグ 根菜サラダ 清汁（ふ、若布）	御飯 八宝菜 肉みそ大根 コンソメスープ	御飯 いわしの山椒煮 はんぺんとほうれん草の卵とじ 湯葉の和風サラダ みそ汁（豆腐）
	12	13	14	15			
朝食	北海道ミルクパン かぼちゃといんげんのサラダ 野菜ジュース	白粥 レバーの生姜煮	茶粥 きゅうりとくらげの中華和え	白粥 ほうれん草のごま和え			
昼食	御飯 えび団子と白菜の中華和え 鶏肉の天ぷら かき卵わかめスープ	おにぎり たまごうどん はんぺんの磯辺揚げ きやべつの酢味噌和え	御飯 赤魚のトマトカレー煮 豆腐ナゲット みそ汁（玉ねぎ）	御飯 チーズ入りチキンカツ ぜんまいいり煮 みそ汁（はんぺん）			
夕食	御飯 照り焼き（ぶり） ワカメと人参の土佐煮 おからごぼう みそ汁（もやし）	御飯 焼魚（鮭） 春菊の柚子浸し みそ汁	御飯 豚肉の甘辛煮 昆布と油揚げの煮物 きやべつの梅和え みそ汁（卵、ふ）	御飯 ホイコーロー いり豆腐 春雨サラダ みそ汁（そーめん）			

12月 喜 望 園 献 立 表

	日	月	火	水	木 16	金 17	土 18
朝食					クリームエスカルゴ おからとツナのサラダ 豆乳（コーヒー）	茶粥 ほうれん草のピーナッツ和え	白粥 白和え
昼食					御飯 つくね団子と大根の煮物 小松菜とうす揚げ煮浸し あまおう母ゼリー	御飯 銀ヒラスの酒粕焼き 豆乳がんもの含め煮	牛丼 白菜と春雨の煮物 大根と胡麻のポン酢和え 赤みそ汁（なめこ）
夕食					御飯 白身魚のピカタ（タルタルソース 人参グラッセ カリフラワーのベーコン炒め	御飯 肉団子と野菜の洋風煮込み マカロニのトマトソース炒め 切り干し大根のサラダ きのこのスープ	御飯 鰯の幽庵焼き 里芋あんかけ みそ汁（卵、ふ） ヤクルト
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	レーズンラウンド れんこんのサラダ 野菜ジュース	白粥 豆腐のけんちん煮	茶粥 ほうれん草の和物	白粥 かぼちゃのそぼろあん	コーヒークリームパン 粒マスタード入りポテトサラダ 豆乳（コーヒー）	白粥 きやべつとコーンのおかかお浸し	茶粥 白和え
昼食	御飯 トンカツ 小松菜とうす揚げ煮 みそ汁（白菜）	ポークカレー 福神漬け 一口ミンチカツボール キャベツのマリネ	おにぎり 焼きそば きんぴらごぼう みそ汁（豆腐）	御飯 にしんの柚子すだちおろし煮 春菊の白和え	御飯 鶏肉のすき焼き風 里芋のさつま揚げの煮物 胡瓜の胡麻和え	御飯 おろしハンバーグ 彩り卵とじ 清汁（なめこ）	御飯 ビーフシチュー 小松菜のソテー スパゲティーサラダ ロゼワイン風ジュレ ヤクルト
夕食	御飯 鯖のみぞれ煮 青梗菜と椎茸との炒め煮 鶏肉とねぎのさつま揚げ 清汁	御飯 いわしの梅煮 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁（豆腐）	御飯 たらの野菜あんかけ 茄子のソテー オクラと長芋の和え物 みそ汁（巻麴）	御飯 鶏肉の西京焼き 五目卵焼き ほうれん草のごま和え みそ汁（ワカメ、卵）	御飯 麻婆茄子 蒸ししゅうまい キャベツと青さのナムル みそ汁 つぼ漬け	御飯 かにクリームコロッケ マカロニのパセリソテー ほうれん草と玉ねぎのソテー 清汁（豆腐）	御飯 赤魚の西京焼き レバーの生姜煮 みそ汁（じゃが芋）
	26	27	28	29	30	31	
朝食	シュガーバターコップ おからとツナのサラダ 野菜ジュース	白粥 いり豆腐	茶粥 青菜と海老の炒め物	白粥 ほうれん草のお浸し	クリームツイスト ごぼうサラダ 豆乳（コーヒー）	茶粥 豆乳がんもの含め煮	
昼食	御飯 白身魚のフライの温野菜ソース チャブチェ みそ汁（白菜）	チキンステーキ スパゲティーソテー カリフラワーといんげんのサラダ みそ汁（はんぺん）	御飯 にしんの蒲焼き うの花いり オクラと長芋の和え物 みそ汁（玉ねぎ）	オムライス 豆腐ナゲット キャベツとソーセージのサラダ	御飯 あじの付け焼きごま風味 切り干し大根煮 ブロッコリーの胡麻和え みそ汁（もやし）	おにぎり 年越しそば 春菊の柚子浸し	
夕食	御飯 牛肉と焼き豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 茎わかめのさっぱり和え みそ汁（なめこ）	御飯 鯖の味噌煮 きゅうりとねぎの塩だれ和え みそ汁（もやし）	御飯 チーズハンバーグ マカロニのパセリソテー 切り干し大根のサラダ みそ汁（キャベツ）	御飯 豚肉の生姜焼き 茄子と厚揚げのそぼろ味噌煮	御飯 鶏もも肉のマーマレード煮 キャベツのコンソメ煮 お吸い物（とろろ昆布）	御飯 いわしの生姜煮 さつま揚げの煮物 刻み大根の梅肉和え わかめスープ	