

令和5年 5月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		白粥 厚焼玉子 白菜と春雨の煮物 金時豆	レーズンペストリー 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 厚揚げの野菜あんかけ 人参とわかめの土佐煮 しぼり漬	白粥 ウインナーと野菜のカレー煮 スパゲティサラダ	茶粥 にしんの塩蒸し キャベツと薄揚げの煮びたし 大根としその実の漬物	とろけるマヨチーズパン プリン 果汁100%ジュース
昼食		御飯 チキンステーキ カリフラワーの豆乳クリーム和え 刻み大根の梅肉和え みそ汁(わかめ)	御飯 タラの和風あんかけ 小松菜とうす揚げの煮びたし オクラとろろ みそ汁(じゃが芋)	三色丼(鶏そぼろ、茹でほうれん 豆乳がんもの含め煮 みそ汁(キャベツ))	御飯 さわらの漬け焼き 茄子の吉野煮 茎わかめのさっぱり和え みそ汁(なす)	御飯 メンチカツ 豆腐けんちん煮 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(なめこ)	おにぎり 醤油ラーメン(野菜・豚肉) しゅうまい ヤクルト
夕食		御飯 ほっけの塩焼き 野菜入りふんわりしんじょう わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 豆腐ハンバーグ キャベツのコンソメ煮 みかんます みそ汁(ほうれん草)	御飯 白身魚の香草焼き 切り干し大根とベーコンのスープ 根菜サラダ みそ汁(はんぺん)	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き ぎんびらごぼう きゅうりの胡麻和え みそ汁(大根)	御飯 えび団子と白菜の中華あん 春雨の五目炒め 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(里芋)	御飯 白身魚のトマト煮 マカロニのチーズクリーム ひじきと大根のサラダ みそ汁(ほうれん草)
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	白粥 根菜入りつくね キャベツとコーンのおかかお浸し 青しそきゅうり漬	茶粥 厚焼玉子 切り干し大根の煮物 柚子白菜	北海道十勝あんぱん 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き 人参しりしり 北海道産昆布の佃煮	茶粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 コーン入りコールスローサラダ	白粥 肉団子の照り焼き オクラとろろ 大根としその実の漬物	明太チーズコップ 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食	御飯 いわしの梅煮 白菜と春雨の煮物 大根と胡麻のポン酢和え みそ汁(豆腐)	10品目の野菜カレー おからとツナのサラダ	御飯 白身魚のムニエル キャベツのコンソメ煮 かにかまと玉ねぎのサラダ みそ汁(エリンギ)	御飯 牛肉の甘辛 さつま芋の甘煮 きゅうりの胡麻和え 赤みそ汁(なめこ)	おにぎり たまごそば(温) 卵の花	ちらし寿司 豆乳がんもの含め煮 みそ汁(わかめ、じゃがいも)	御飯 あじの漬け焼きごま風味 茄子の吉野煮 春雨サラダ 赤みそ汁(えのき) ヤクルト
夕食	御飯 チーズ入りチキンカツ 煮豆 カリフラワーといんげんのサラダ みそ汁(厚揚げ、えのき)	御飯 さわらの西京焼き ビーフン ごぼうサラダ みそ汁(かにかま)	御飯 鶏ももの唐揚げ ひじき煮 ほうれん草のお浸し みそ汁(玉ねぎ)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 具沢山野菜の煮込み カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(もやし)	御飯 にしんの山椒煮 白菜のうま煮 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(ソフト)	御飯 さばのみぞれ煮 キャベツと薄揚げの煮びたし ハム入りマカロニサラダ みそ汁(ソフト)	御飯 豚肉の生姜焼き マッシュポテト わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(卵、ふ)
	14	15					
朝食	茶粥 大根と里芋のそぼろあん 人参とわかめの土佐煮 金時豆	白粥 厚揚げの野菜あんかけ きゅうりの胡麻和え 刻みすぐき					
昼食	親子丼 ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(小松菜、かまぼこ)	御飯 白身魚のフライ マカロニのトマトソース炒め 粒マスタード入りポテトサラダ コンソメスープ(ソフト)					
夕食	御飯 いわしの生姜煮 きんぴらごぼう スパゲティサラダ みそ汁(白菜)	御飯 おろしハンバーグ 人参しりしり キャベツと青さのナムル みそ汁(巻麩)					

5月喜望園献立表

	日	月	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20
朝食			塩バニラ プリン 果汁100%ジュース	茶粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ キャベツとソーセージのフレンチ しば漬	白粥 肉団子のケチャップ煮 春雨サラダ	茶粥 根菜入りつくね 切り昆布と油揚げの煮物 青しそきゅうり漬	プルコギマヨ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食			おにぎり ソース焼きそば おくらと長芋の和え物 みそ汁(ソフト、えのき)	ビビンバ(鶏そぼろ、ナムル) さつま芋の甘煮 みそ汁(なめこ、巻き麩)	御飯 にしんの柚子すだちおろし煮 茄子の吉野煮 キャベツとコーンのおかかお浸し みそ汁(えのき)	御飯 さわらの塩焼き 豆腐けんちん煮 ハム入りマカロニサラダ みそ汁(ソフト、えのき)	牛丼 カリフラワーのマリネ みそ汁(ほうれん草) ヤクルト
夕食			御飯 さばの味噌煮(赤) 春雨の五目炒め みかんなます お吸い物(とろろ昆布)	御飯 天然ぶりの照焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし 山芋とろろ(だし入り) みそ汁(白菜、あげ)	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ 煮豆 カリフラワーといんげんのサラダ みそ汁(わかめ)	御飯 かぼちやのコロッケ 小松菜のガーリックソテー 刻み大根の梅肉和え みそ汁(じゃが芋)	御飯 カレイの中華あんかけ しゅうまい わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(キャベツ)
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き みかんなます 北海道産昆布の佃煮	茶粥 高野豆腐の卵とじ オクラとろろ 大根としその実の漬物	チョコツイスト 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 肉団子の照り焼き 人参とわかめの土佐煮 刻みすぎき	茶粥 ふわとろスクランブルエッグ ロースハム	白粥 厚焼玉子 ひじき煮 青しそきゅうり漬	北海道たまねぎカレーパン プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 一口とんかつ マカロニのトマトソース炒め 小松菜のわさび和え みそ汁(はんぺん)	おにぎり わかめうどん(温) レバーの生姜煮	御飯 白身魚のケチャップ煮 マッシュポテト ごぼうサラダ みそ汁(なめこ)	海老入りかき揚げ丼 白菜と春雨の煮物 みそ汁(ほうれん草)	御飯 さばの塩焼き キャベツと薄揚げの煮びたし 茎わかめのさっぱり和え みそ汁(厚揚げ、えのき)	おにぎり ナポリタン レンコンの梅おかかマヨサラダ コンソメスープ(ソフト)	御飯 メンチカツ 煮豆 ハム入りマカロニサラダ みそ汁(玉ねぎ) ヤクルト
夕食	御飯 ハンバーグ(チーズソース) 具沢山野菜の煮込み キャベツのマリネ みそ汁(なす)	御飯 にしんの蒲焼き ほうれん草と玉ねぎのソテー 人参と蒸し鶏のサラダ みそ汁(大根)	御飯 チキンステーキ 切り干し大根の煮物 きゅうりの胡麻和え みそ汁(里芋)	御飯 いわしの山椒煮 干し豆腐と野菜の煮物 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(豆腐)	御飯 肉団子の中華あん きんぴらごぼう おくらと長芋の和え物 清汁(ふ、卵)	御飯 赤魚の西京焼き 卵の花 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(エリンギ)	御飯 白身魚のピカタ 豆乳がんもの含め煮 刻み大根の梅肉和え みそ汁(もやし)
	28	29	30	31			
朝食	茶粥 根菜入りつくね 切り干し大根の煮物 北海道産昆布の佃煮	白粥 焼きさば 切り昆布と油揚げの煮物 大根としその実の漬物	きなこクリームサンド 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	茶粥 厚焼玉子 ひじき煮 しば漬			
昼食	御飯 にしんの生姜煮 茄子の吉野煮 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(ソフト)	御飯 チーズ入りチキンカツ 具沢山野菜の煮込み キャベツのマリネ みそ汁(わかめ、じゃがいも)	豚丼(甘辛ダレ) 小松菜のわさび和え 赤みそ汁(えのき)	御飯 さばの味噌煮(白) 切り干し大根とベーコンのスープ ほうれん草の白和え みそ汁(そーめん)			
夕食	トマトとチキンのキーマカレー 豆腐ナゲット	御飯 ワイン香るデミグラスソースハン マッシュポテト 三色豆のツナマヨサラダ コンソメスープ(ソフト)	御飯 白身魚のポン酢あんかけ さつま芋の甘煮 ごぼうサラダ みそ汁(白菜)	御飯 ホークチャップ 春雨の五目炒め キャベツとコーンのおかかお浸し わかめスープ			