

令和5年 6月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金 2	土 3
朝食					白粥 ウインナーと野菜のクリーム煮 カリフラワーのマリネ	茶粥 肉団子の照り焼き ハム入りマカロニサラダ 金時豆	クリームツイスト 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食					御飯 さわらの塩焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし オクラとろろ みそ汁(わかめ)	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ キャベツのコンソメ煮 きゅうりの胡麻和え みそ汁(じゃが芋)	おにぎり ソース焼きそば しゅうまい みそ汁(はんぺん) ヤクルト
夕食					御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 人参とわかめの土佐煮 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 にしんの山椒煮 大根のチーズ煮 わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(ほうれん草)	御飯 あじの漬け焼きごま風味 卵の花 みかんなます みそ汁(キャベツ)
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 白菜と春雨の煮物 刻みすぐき	茶粥 根菜入りつくね 切り干し大根の煮物 青しそきゅうり漬け	とろけるマヨチーズパン プリン 果汁100%ジュース	白粥 厚焼玉子 きんぴらごぼう しば漬け	茶粥 肉団子のケチャップ煮 マッシュポテト	白粥 にしんの塩蒸し 茄子の吉野煮 柚子白菜	シュガーバターコップ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食	御飯 いわしの生姜煮 キャベツと薄揚げの煮びたし 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(なす)	田舎ちらし寿司 干し豆腐と野菜の煮物 みそ汁(なめこ)	御飯 タラの和風あんかけ ひじき煮 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(豆腐)	ピビンバ(鶏そぼろ、ナムル) 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 白身魚のフライ 人参とわかめの土佐煮 春雨サラダ みそ汁(かにかま)	おにぎり 冷やしとろろうどん(のり) 豆乳がんもの含め煮	御飯 ホークチャップ 切り昆布と油揚げの煮物 カリフラワーのマリネ みそ汁(もやし) ヤクルト
夕食	御飯 かぼちゃのコロッケ マカロニのトマトソース炒め ごぼうサラダ みそ汁(大根)	御飯 さばの塩焼き(50g) カリフラワーの豆乳クリーム和え 小松菜のわさび和え みそ汁(里芋)	御飯 おろしハンバーグ 具沢山野菜の煮込み チーズと黒胡椒のキャベツサラダ みそ汁(ほうれん草)	御飯 チキンステーキ 煮豆 スパゲティーサラダ 清汁(ふ、卵)	御飯 牛肉の甘辛 マカロニのチーズクリーム キャベツのマリネ みそ汁(エリンギ)	御飯 鶏の照り焼き 切り干し大根とベーコンのスープ きゅうりの胡麻和え みそ汁(玉ねぎ)	御飯 赤魚の西京焼き レバーの生姜煮 レンコンの梅おかかマヨサラダ 赤みそ汁(なめこ)
	11	12	13	14	15		
朝食	茶粥 根菜入りつくね キャベツと薄揚げの煮びたし 青しそきゅうり漬け	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き 切り干し大根の煮物 北海道産昆布の佃煮	淡路島たまねぎカレーパン 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 肉団子の照り焼き キャベツと青さのナムル しば漬け	白粥 ウインナーと野菜のクリーム煮 ごぼうサラダ		
昼食	御飯 えび団子と白菜の中華あん ビーフン 刻み大根の梅肉和え みそ汁(ソフト)	御飯 ワイン香るデミグラスソースハン ほうれん草と玉ねぎのソテー ハム入りマカロニサラダ コンソメスープ(ソフト)	牛丼 茎わかめのさっぱり和え みそ汁(小松菜、かまぼこ)	御飯 さわらの漬け焼き 豆乳がんもの含め煮 かにかまと玉ねぎのサラダ みそ汁(そーめん)	おにぎり 冷やしとろろそば(刻みのり) 小松菜のわさび和え		
夕食	御飯 いわしの山椒煮 ひじき煮 おくらと長芋の和え物 みそ汁(わかめ、じゃがいも)	御飯 肉じゃが 五目厚焼卵 カリフラワーと小松菜のお浸し 赤みそ汁(えのき)	御飯 にしんの柚子すだちおろし煮 きんぴらごぼう オクラとろろ みそ汁(白菜)	御飯 一口とんかつ マカロニのトマトソース炒め 三色豆のツナマヨサラダ わかめスープ	御飯 さばの味噌煮(赤) 卵の花 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(巻麩)		

6月喜望園献立表

	日	月	火	水	木	金 16	土 17
朝食						茶粥 厚焼玉子 豆腐けんちん煮 柚子白菜	北海道十勝あんぱん プリン 果汁100%ジュース
昼食						御飯 チーズ入りチキンカツ 煮豆 スパゲティーサラダ みそ汁(玉ねぎ、卵)	御飯 にしんの蒲焼き 茄子の吉野煮 みかんなます みそ汁(なめこ、巻き麩) ヤクルト
夕食						御飯 カレイの中華あんかけ しゅうまい ほうれん草の胡麻和え お吸い物(とろろ昆布)	ハンバーグカレー キャベツのマリネ
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き 人参とわかめの土佐煮 しば漬け	茶粥 厚揚げの野菜あんかけ 根菜サラダ 刻みすぐき	明太チーズコッペ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 高野豆腐の卵とじ オクラとろろ 青しそきゅうり漬け	茶粥 ふわとろスクランブルエッグ 具沢山野菜の煮込み	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ キャベツと青さのナムル 大根としその実の漬物	塩パニラ 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食	豚丼(甘辛ダレ) ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(白菜、あげ)	御飯 白身魚のトマト煮 マッシュポテト キャベツとソーセージのフレンチ みそ汁(えのき)	御飯 メンチカツ 小松菜のガーリックソテー コーヒーゼリー みそ汁(ソフト、えのき)	おにぎり わかめそば(温) 豆乳がんもの含め煮	御飯 白身魚のムニエル マカロニのトマトソース炒め レンコンの梅おかつマヨサラダ みそ汁(キャベツ)	ちらし寿司 高野の炊き合わせ みそ汁(なす)	御飯 いわしの梅煮 カリフラワーの豆乳クリーム和え 人参と蒸し鶏のサラダ みそ汁(里芋) ヤクルト
夕食	御飯 鶏つくねと大根の煮物 小松菜とうす揚げの煮びたし 春雨サラダ 豆腐とカニのスープ	御飯 豚しゃぶ(ポン酢) 人参しりしり 刻み大根の梅肉和え みそ汁(わかめ)	御飯 さわらの西京焼き キャベツと薄揚げの煮びたし わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(じゃが芋)	御飯 にしんの生姜煮 ひじき煮 大根と胡麻のポン酢和え みそ汁(ほうれん草)	御飯 豆腐ハンバーグ 煮豆 カリフラワーといんげんのサラダ みそ汁(はんぺん)	御飯 さばのみぞれ煮 白菜と春雨の煮物 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(なめこ)	御飯 かぼちゃのコロッケ 切り昆布と油揚げの煮物 キャベツとコーンのおかつお浸し みそ汁(ほうれん草)
	25	26	27	28	29	30	
朝食	茶粥 厚焼玉子 きんぴらごぼう 金時豆	白粥 根菜入りつくね おくらと長芋の和え物 北海道産昆布の佃煮	プルコギマヨ プリン 果汁100%ジュース	茶粥 厚揚げの野菜あんかけ 切り干し大根の煮物 しば漬け	白粥 ウインナーと野菜のクリーム煮 豆とコーンのオーロラソース和え	茶粥 焼きさば キャベツと薄揚げの煮びたし 青しそきゅうり漬け	
昼食	御飯 天然ぶりの照焼き 白菜のうま煮 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(豆腐)	スクランブルオムライス ほうれん草と玉ねぎのソテー コンソメスープ(ソフト)	海老入りかき揚げ丼 きゅうりの胡麻和え みそ汁(エリンギ)	御飯 白身魚のピカタ カリフラワーとプロッコリーのペ 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(もやし)	おにぎり 醤油ラーメン(野菜・豚肉) しゅうまい	トマトとチキンのキーマカレー かにかまと玉ねぎのサラダ	
夕食	御飯 チキンステーキ マッシュポテト ひじきのサラダ みそ汁(厚揚げ、えのき)	御飯 白身魚のポン酢あんかけ 豆腐けんちん煮 生姜のおかつ和え みそ汁	御飯 さばの味噌煮(白) さつま芋の甘煮 みかんなます みそ汁(玉ねぎ)	御飯 ワイン香るデミグラスソースハン 具沢山野菜の煮込み ごぼうサラダ みそ汁(ソフト)	御飯 にしんの山椒煮 人参しりしり カリフラワーと小松菜のお浸し 赤みそ汁(なめこ)	御飯 一口とんかつ 煮豆 スパゲティーサラダ みそ汁(わかめ、じゃがいも)	