

令和5年 7月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝食							とろけるマヨチーズパン 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食							御飯 さわらの漬け焼き 大根のチーズ煮 オクラとろろ みそ汁(わかめ) ヤクルト
夕食							御飯 鶏肉のねぎ塩焼き キャベツのコンソメ煮 カリフラワーのマリネ みそ汁(ソフト、えのき)
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	白粥 大根と里芋のそぼろあん ほうれん草のピーナッツ和え 刻みすぐき	茶粥 厚焼玉子 人参とわかめの土佐煮 しば漬け	チョコツイスト 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 白菜のうま煮 青しそきゅうり漬け	茶粥 ウインナーと野菜のカレー煮 スパゲティーサラダ	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし 大根としその実の漬物	淡路島たまねぎカレーパン プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 チーズ入りチキンカツ さつま芋の甘煮 ハム入りマカロニサラダ みそ汁(なめこ、巻き麩)	豚丼(甘辛ダレ) カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(じゃが芋)	御飯 いわしの生姜煮 キャベツと薄揚げの煮びたし 春雨サラダ みそ汁(はんぺん)	おにぎり ソース焼きそば おくらと長芋の和え物 みそ汁(なす)	御飯 鶏の西京焼き 小松菜のガーリックソテー カリフラワーのマリネ みそ汁(里芋)	おにぎり おろしそば(刻みのり) きゅうりの胡麻和え	御飯 あじの南蛮漬け 豆腐けんちん煮 キャベツとコーンのおかかお浸し みそ汁(厚揚げ、えのき) ヤクルト
夕食	御飯 にしんの蒲焼き ひじき煮 きゅうりの胡麻和え みそ汁(白菜、あげ)	御飯 さばの味噌煮(赤) 切り干し大根の煮物 山羊とろろ(だし入り) みそ汁(ほうれん草)	御飯 たまぼてコロッケ 煮豆 人参と蒸し鶏のサラダ みそ汁(キャベツ)	御飯 カレイの中華あんかけ きんぴらごぼう 大根と胡麻のポン酢和え みそ汁(なめこ)	御飯 白身魚のトマト煮 具沢山野菜の煮込み 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(ほうれん草)	御飯 豆腐ハンバーグ マッシュポテト ほうれん草のお浸し みそ汁(豆腐)	御飯 ポークチャップ 切り干し大根とベーコンのスープ オクラとろろ 清汁(ふ、卵)
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	茶粥 根菜入りつくね 人参とわかめの土佐煮 金時豆	白粥 高野豆腐の卵とじ カリフラワーと小松菜のお浸し 青しそきゅうり漬け	シュガーバターコップ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	茶粥 焼きさば 小松菜とうす揚げの煮びたし 刻みすぐき	白粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 人参と蒸し鶏のサラダ	茶粥 厚焼玉子 おくらと長芋の和え物 しば漬け	北海道十勝あんぱん 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食	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)	御飯 いわしの梅煮 春雨の五目炒め 生姜のおかか和え みそ汁(かにかま)	御飯 白身魚のムニエル キャベツと薄揚げの煮びたし 粒マスタード入りポテトサラダ 赤みそ汁(なめこ)	おにぎり 冷やしとろろそば(刻みのり) チーズ入り磯辺かまぼこ	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(わかめ、じゃがいも)	御飯 鶏ももの唐揚げ 煮豆 わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(卵、ふ)	御飯 さばのみぞれ煮 ひじき煮 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(そーめん) ヤクルト
夕食	御飯 赤魚の西京焼き 白菜のうま煮 ごぼうサラダ みそ汁(玉ねぎ)	御飯 かぼちやのコロッケ 大根のチーズ煮 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(エリンギ)	御飯 豚しゃぶ(ポン酢) 茄子の吉野煮 きゅうりの胡麻和え みそ汁(もやし)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 カリフラワーの豆乳クリーム和え 根菜サラダ みそ汁(ソフト)	御飯 にしんの生姜煮 切り昆布と油揚げの煮物 キャベツとコーンのおかかお浸し 赤みそ汁(えのき)	御飯 ぶりの甘酢あんかけ 切り干し大根の煮物 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(白菜)	御飯 ハンバーグ(チーズソース) 人参しりしり カリフラワーのマリネ わかめスープ

7月 喜望園 献立表

	日 16	月 17	火 18	水 19	木 20	金 21	土 22
朝食	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ キャベツのコンソメ煮 刻みすぐき	茶粥 肉団子の照り焼き オクラとろろ 青しそきゅうり漬け	明太チーズコッペ プリン 果汁100%ジュース	白粥 根菜入りつくね 人参しりしり 金時豆	茶粥 厚揚げと白菜の豆乳クリーム煮 ごぼうサラダ	白粥 厚焼玉子 キャベツとコーンのおかかお浸し 大根としその実の漬物	塩バニラ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食	御飯 あじの塩焼き レバーの生姜煮 大根と胡麻のポン酢和え みそ汁(玉ねぎ、卵)	おにぎり 冷やし中華(かにかま) みかんなます	海老入りかき揚げ丼 茎わかめのさっぱり和え お吸い物(とろろ昆布)	御飯 天然ぶりの照焼き 白菜と春雨の煮物 ひじきのサラダ みそ汁(えのき、麩)	御飯 さばの味噌煮(白) さつま芋の甘煮 切り干し大根のハニービクルス みそ汁(わかめ)	トマトとチキンのキーマカレー スパゲティーサラダ	御飯 チキンステーキ 大根のチーズ煮 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(キャベツ) ヤクルト
夕食	御飯 一口とんかつ 具沢山野菜の煮込み ハム入りマカロニサラダ みそ汁(小松菜、かまぼこ)	御飯 白身魚のケチャップ煮 切り昆布と油揚げの煮物 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(巻麩)	御飯 いわしの山椒煮 きんぴらごぼう 小松菜のわさび和え みそ汁(白菜、あげ)	御飯 牛肉の甘辛 キャベツと薄揚げの煮びたし 刻み大根の梅肉和え みそ汁(じゃが芋)	御飯 豆腐ハンバーグ ひじき煮 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(ほうれん草)	御飯 ほっけの塩焼き 豆乳がんもの含め煮 ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(えのき)	御飯 白身魚のフライ 小松菜のガーリックソテー 春雨サラダ みそ汁(はんぺん)
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	茶粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き きゅうりの胡麻和え 金時豆	白粥 厚揚げの野菜あんかけ チーズ入り磯辺かまぼこ しば漬け	プルコギマヨ 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 厚焼玉子 きんぴらごぼう 青しそきゅうり漬け	白粥 厚揚げのオレンジチャップ ハム入りマカロニサラダ	茶粥 肉団子の照り焼き ポテトサラダ(クックデリ) 北海道産昆布の佃煮	レーズンペストリー プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 鶏肉のすき焼き風 切り昆布と油揚げの煮物 みかんなます みそ汁(なす)	ちらし寿司 干し豆腐と野菜の煮物 みそ汁(なめこ)	御飯 メンチカツ マッシュポテト キャベツのマリネ みそ汁(もやし)	御飯 さばの塩焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし おくらと長芋の和え物 みそ汁(厚揚げ、えのき)	ピビンバ(鶏そぼろ、ナムル) 人参とわかめの土佐煮 コンソメスープ(ソフト)	御飯 タラの和風あんかけ カリフラワーとブロッコリーのべ 生姜のおかか和え みそ汁(玉ねぎ、卵)	おにぎり わかめうどん(温) 豆腐ナゲット ヤクルト
夕食	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ カリフラワーの豆乳クリーム和え キャベツと青さのナムル みそ汁(大根)	御飯 さわらの西京焼き ビーフン 刻み大根の梅肉和え みそ汁(里芋)	御飯 あじの漬け焼きごま風味 切り干し大根の煮物 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(豆腐)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 卵の花 カリフラワーのサラダ みそ汁(ほうれん草)	御飯 赤魚のトマトカレー煮 レバーの生姜煮 春雨サラダ みそ汁(エリンギ)	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 人参しりしり 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(もやし)	御飯 にしんの山椒煮 具沢山野菜の煮込み 小松菜のわさび和え みそ汁(巻麩)
	30	31					
朝食	白粥 大根と里芋のそぼろあん 三色豆のツナマヨサラダ しば漬け	茶粥 厚焼玉子 切り昆布と油揚げの煮物 青しそきゅうり漬け					
昼食	穴子丼 豆乳がんもの含め煮 赤みそ汁(なめこ)	御飯 にしんの柚子すだちおろし煮 さつま芋の甘煮 キャベツのマリネ みそ汁(えのき)					
夕食	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 スパゲティーサラダ 豆腐とカニのスープ	御飯 マーボー茄子 白菜と春雨の煮物 ごぼうサラダ わかめスープ					