

令和5年 9月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
朝食						白粥 肉団子の照り焼き キャベツとコーンのおかかお浸し 北海道産昆布の佃煮	チョコツイスト 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食						豚丼(甘辛ダレ) みかんなます みそ汁(もやし)	御飯 さわらの漬け焼き 春雨の五目炒め 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(卵、ふ) ヤクルト
夕食						御飯 あじの塩焼き 豆腐けんちん煮 スパゲティーサラダ みそ汁(わかめ、じゃがいも)	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ きんぴらごぼう オクラとろろ みそ汁(小松菜、かまぼこ)
	3	4	5	6	7	8	9
朝食	茶粥 根菜入りつくね カリフラワーのマリネ しば漬け	白粥 にしんの塩蒸し ひじき煮 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 高野豆腐の卵とじ 人参とわかめの土佐煮 刻みすぎき	白粥 肉団子のケチャップ煮 スパゲティーサラダ	茶粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ きんぴらごぼう 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 赤魚の西京焼き 切り干し大根の煮物 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(白菜)	スクランブルオムライス ハム入りマカロニサラダ わかめスープ	おにぎり たまごうどん(温) 豆腐ナゲット	御飯 さばの塩焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし きゅうりの胡麻和え みそ汁(巻麩)	御飯 ほっくりかぼちゃコロケ 煮豆 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(なめこ、巻き麩)	牛丼 茄子の吉野煮 みそ汁(えのき、麩)	御飯 白身魚のフライ マカロニのトマトソース炒め 根菜サラダ みそ汁(わかめ) ヤクルト
夕食	10品目の野菜カレー おからとツナのサラダ	御飯 豆腐ハンバーグ 切り干し大根とベーコンのスープ ほうれん草のビーナッツ和え みそ汁(えのき、麩)	御飯 いわしの梅煮 キャベツと薄揚げの煮びたし ごぼうサラダ みそ汁(そーめん)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 白菜と春雨の煮物 おくらと長芋の和え物 みそ汁(玉ねぎ、卵)	御飯 タラの和風あんかけ レバーの生姜煮 刻み大根の梅肉和え みそ汁(白菜、あげ)	御飯 にしんの蒲焼き しゅうまい キャベツのマリネ 赤みそ汁(なめこ)	御飯 チキンステーキ 具沢山野菜の煮込み わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(ソフト、えのき)
	10	11	12	13	14	15	
朝食	白粥 厚焼玉子 切り干し大根の煮物 刻みすぎき	茶粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き おくらと長芋の和え物 北海道産昆布の佃煮	シュガーバターコップ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 肉団子の照り焼き ほうれん草のお浸し 大根としその実の漬物	茶粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 豆とコーンのオーロラソース和え	白粥 根菜入りつくね カリフラワーと小松菜のお浸し 青しそきゅうり漬け	
昼食	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 人参とわかめの土佐煮 チーズと黒胡椒のキャベツサラダ みそ汁(じゃが芋)	おにぎり ソース焼きそば カリフラワーのマリネ みそ汁(キャベツ)	御飯 メンチカツ 卵の花 荳わかめのさっぱり和え みそ汁(なす)	田舎ちらし寿司 キャベツと薄揚げの煮びたし みそ汁(大根)	御飯 いわしの生姜煮 マッシュポテト 春雨サラダ みそ汁(ほうれん草、かにかま)	海老入りかき揚げ丼 しゅうまい みそ汁(厚揚げ、えのき)	
夕食	御飯 さばの味噌煮(赤) 小松菜とうす揚げの煮びたし きゅうりの胡麻和え みそ汁(ほうれん草)	御飯 ワイン香るデミグラスソースハン 人参しりしり 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(はんぺん)	御飯 白身魚のきのこあんかけ 茄子の吉野煮 柿なます みそ汁(なめこ)	御飯 あじの漬け焼きごま風味 豆乳がんもの含め煮 オクラとろろ みそ汁(里芋)	御飯 牛肉の甘辛 切り昆布と油揚げの煮物 切り干し大根のハニービクルス みそ汁(豆腐)	御飯 鮭の塩焼き ひじき煮 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(かにかま)	

9月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
							16
朝食							北海道十勝あんぱん 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食							御飯 にしんの山椒煮 切り干し大根とベーコンのスープ ブロッコリーの胡麻和え みそ汁(エリンギ) ヤクルト
夕食							御飯 豚肉の生姜焼き ビーフン ひじきのサラダ 赤みそ汁(なめこ)
	17	18	19	20	21	22	23
朝食	茶粥 大根と里芋のそぼろあん わかめと玉ねぎのツナサラダ 刻みすぎき	白粥 高野豆腐の卵とじ 切り干し大根の煮物 しば漬け	キリマンジャロコーヒーサンド プリン 果汁100%ジュース	茶粥 厚揚げの野菜あんかけ レンコンの梅おかかマヨサラダ 青しそきゅうり漬け	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 根菜入りつくね 小松菜のわさび和え 金時豆	明太チーズコッペ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食	御飯 鶏ももの唐揚げ 煮豆 オクラとろろ かきたま汁	御飯 鶏肉のすき焼き風 人参とわかめの土佐煮 日本酒ジュレ みそ汁(白菜、あげ) ウサギ饅頭	御飯 天然ぶりの照焼き キャベツのコンソメ煮 刻み大根の梅肉和え みそ汁(ほうれん草)	三色丼(鶏そぼろ、茹でほうれん チーズ入り磯辺かまぼこ みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 豆腐ハンバーグ さつま芋の甘煮 キャベツのマリネ みそ汁(小松菜、かまぼこ)	御飯 カレイの中華あんかけ カリフラワーの豆乳クリーム和え ひじきのサラダ みそ汁(巻麩)	おにぎり とろろそば(温) 豆腐ナゲット ヤクルト
夕食	御飯 白身魚のピカタ 青菜とピーマンのカラフル炒め ハム入りマカロニサラダ 豆腐とカニのスープ	御飯 いわしの梅煮 きんぴらごぼう カリフラワーのマリネ みそ汁(そーめん)	御飯 チーズ入りチキンカツ ほうれん草と玉ねぎのソテー 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(わかめ、じゃがいも)	御飯 さわらの西京焼き 豆乳がんもの含め煮 春雨サラダ みそ汁(卵、ふ)	御飯 さばの塩焼き 具沢山野菜の煮込み 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(白菜)	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 にしんの柚子すだちおろし煮 切り昆布と油揚げの煮物 かにかまと玉ねぎのサラダ みそ汁(ソフト、えのき)
	24	25	26	27	28	29	30
朝食	白粥 肉団子の照り焼き キャベツと青さのナムル 青しそきゅうり漬け	茶粥 厚焼玉子 ひじき煮 刻みすぎき	塩バニラ 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き みかんなます 金時豆	茶粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 ごぼうサラダ	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 山芋とろろ(だし入り) しば漬け	プルコギマヨ プリン 果汁100%ジュース
昼食	ちらし寿司 卵の花 お吸い物(とろろ昆布)	御飯 白身魚のケチャップ煮 白菜と春雨の煮物 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(わかめ)	御飯 一口とんかつ 煮豆 オクラとろろ みそ汁(ソフト、えのき)	おにぎり わかめうどん(温) おからとツナのサラダ	御飯 にしんの生姜煮 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(エリンギ)	御飯 とろーりたまご入りメンチカツ カリフラワーとブロッコリー洋風 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(もやし)	ビビンバ(鶏そぼろ、ナムル) ハム入りマカロニサラダ みそ汁(卵、ふ) ヤクルト
夕食	御飯 さばのみぞれ煮 小松菜とうす揚げの煮びたし カリフラワーのサラダ みそ汁(はんぺん)	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 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(ほうれん草)	御飯 いわしの山椒煮 キャベツと薄揚げの煮びたし カリフラワーのマリネ みそ汁(大根)	御飯 ハンバーグ(きのこあん) 人参しりしり 小松菜のわさび和え みそ汁(かにかま)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 キャベツのコンソメ煮 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(玉ねぎ)	御飯 ほっけの塩焼き 豆乳がんもの含め煮 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(ソフト)	御飯 さばの味噌煮(白) マッシュポテト カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(白菜)