

令和5年 11月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				茶粥 肉団子の照り焼き ごぼうサラダ しば漬け	白粥 厚揚げと白菜の豆乳クリーム煮 マカロニのトマトソース炒め	茶粥 高野豆腐の卵とし 白菜と春雨の煮物 北海道産昆布の佃煮	塩バニラ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食				御飯 白身魚のフライ マッシュポテト 豆とコーンのオーロラソース和え みそ汁(わかめ)	ちらし寿司 レバーの生姜煮 赤みそ汁(なめこ)	御飯 ぶりの甘酢あんかけ カリフラワーの豆乳クリーム和え きゅうりの胡麻和え みそ汁(じゃが芋)	豚丼(甘辛ダレ) チーズ入り磯辺かまぼこ 清汁(ふ、卵) ヤクルト
夕食				御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 人参しりしり キャベツと青さのナムル みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 にしんの柚子すだちおろし煮 ひじき煮 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(ほうれん草)	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 キャベツとコーンのおかかお浸し みそ汁(はんぺん)	御飯 さわらの幽庵焼き 茄子の吉野煮 オクラとろろ みそ汁(キャベツ)
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	白粥 厚焼玉子 人参とわかめの土佐煮 刻みすぎき	茶粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ ビーフン しば漬け	おいものクリームパン 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 ひじき煮 金時豆	茶粥 ウインナーと野菜のクリーム煮 カリフラワーとブロッコリー洋風	白粥 根菜入りつくね わかめと玉ねぎのツナサラダ 青しそきゅうり漬け	チョコツイスト プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 いわしの梅煮 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(なす)	三色丼(鶏そぼろ、茹でほうれん ハム入りマカロニサラダ みそ汁(なめこ)	御飯 赤魚の西京焼き キャベツと薄揚げの煮びたし 春雨サラダ みそ汁(なめこ)	御飯 豚肉と根菜のごま豆乳煮 ほうれん草と玉ねぎのソテー いちじくジュレ みそ汁(豆腐)	御飯 一口とんかつ 煮豆 チーズと黒胡椒のキャベツサラダ みそ汁(かにかま)	ハヤシライス カリフラワーのマリネ	御飯 にしんの生姜煮 きんぴらごぼう ひじきのサラダ みそ汁(もやし) ヤクルト
夕食	御飯 ほっくりかぼちゃコロッケ マカロニのチーズクリーム カリフラワーと小松菜のお浸し コンソメスープ(ソフト)	御飯 白身魚のきのこあんかけ さつまいもの甘煮 みかんなます みそ汁(ほうれん草)	御飯 鶏の照り焼き 切り干し大根とベーコンのスープ 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(里芋)	御飯 豆腐ハンバーグ 具沢山野菜の煮込み おくらと長芋の和え物 みそ汁(厚揚げ、えのき)	御飯 カレイの中華あんかけ 卵の花 スパゲティーサラダ みそ汁(エリンギ)	御飯 さばの塩焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし オクラとろろ みそ汁(玉ねぎ)	御飯 マーボー茄子 白菜と春雨の煮物 切り干し大根のハニーピクルス 豆腐とカニのスープ
	12	13	14	15			
朝食	茶粥 高野豆腐の卵とし 人参とわかめの土佐煮 しば漬け	白粥 肉団子の照り焼き 切り干し大根とベーコンのスープ 刻みすぎき	とろけるマヨチーズパン 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	茶粥 厚揚げの野菜あんかけ さつまいもの甘煮 青しそきゅうり漬け			
昼食	ピビンバ(鶏そぼろ、ナムル) 豆乳がんと含め煮 かきたま汁	御飯 チーズ入りチキンカツ 具沢山野菜の煮込み スパゲティーサラダ みそ汁(小松菜、かまぼこ)	御飯 いわしの山椒煮 切り干し大根の煮物 キャベツとコーンのおかかお浸し みそ汁(わかめ、じゃがいも)	きのこクリームのおムライス ハム入りマカロニサラダ わかめスープ			
夕食	御飯 白身魚のケチャップ煮 ビーフン 小松菜のわさび和え みそ汁(ソフト)	御飯 銀ひらすの酒粕焼き 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(巻麩)	御飯 牛肉と豆腐の卵とし 茄子の吉野煮 わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(白菜、あげ)	御飯 さばの煮付け きんぴらごぼう チーズ入り磯辺かまぼこ 赤みそ汁(えのき)			

11月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木 16	金 17	土 18
朝食					白粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 ほうれん草のピーナッツ和え	茶粥 にしんの塩蒸し 切り昆布と油揚げの煮物 大根としその実の漬物	レーズンペストリー 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食					御飯 チキンステーキ 煮豆 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(エリンギ)	おにぎり 醤油ラーメン(野菜・豚肉) 豆腐ナゲット	御飯 メンチカツ マッシュポテト ブロッコリーの胡麻和え みそ汁(なめこ、巻き麩) ヤクルト
夕食					御飯 さわらの漬け焼き キャベツと薄揚げの煮びたし おくらと長芋の和え物 みそ汁(えのき)	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 カリフラワーのマリネ みそ汁(玉ねぎ、卵)	御飯 天然ぶりの照焼き ひじき煮 刻み大根の梅肉和え お吸い物(とろろ昆布)
	19	20	21	22	23	24	25
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 金時豆	茶粥 厚焼玉子 きんぴらごぼう 北海道産昆布の佃煮	北海道十勝あんぱん プリン 果汁100%ジュース	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 小松菜とうす揚げの煮びたし しば漬け	茶粥 ウインナーと野菜のクリーム煮 マカロニのトマトソース炒め	白粥 大根と里芋のそぼろあん チーズ入り磯辺かまぼこ 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
昼食	御飯 白身魚のピカタ 切り干し大根とベーコンのスープ わかめと玉ねぎのツナサラダ みそ汁(白菜、あげ)	トマトとチキンのキーマカレー ハム入りマカロニサラダ	御飯 タラの和風あんかけ カリフラワーの豆乳クリーム和え きゅうりの胡麻和え みそ汁(ソフト、えのき)	おにぎり 生姜あんかけうどん 干し豆腐と野菜の煮物	御飯 さばの照焼き 切り昆布と油揚げの煮物 カリフラワーのマリネ みそ汁(キャベツ)	田舎ちらし寿司 豆乳がんもの含め煮 みそ汁(そーめん)	御飯 たまぼてコロケ ほうれん草と玉ねぎのソテー キャベツのマリネ かき玉わかめスープ ヤクルト
夕食	御飯 鶏の西京焼き さつま芋の甘煮 小松菜のわさび和え みそ汁(えのき、麩)	御飯 いわしの生姜煮 キャベツと薄揚げの煮びたし 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(わかめ)	御飯 鶏ももの唐揚げ 煮豆 みかんなます みそ汁(じゃが芋)	御飯 にしんの蒲焼き 柚子味噌大根 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(ほうれん草)	御飯 豆腐ハンバーグ キャベツのコンソメ煮 ごぼうサラダ みそ汁(はんぺん)	御飯 ほっけの塩焼き レバーの生姜煮 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(ほうれん草)	御飯 あじの煮付け 切り干し大根の煮物 ひじきのサラダ みそ汁(巻麩)
	26	27	28	29	30		
朝食	茶粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き キャベツと薄揚げの煮びたし 北海道産昆布の佃煮	白粥 厚焼玉子 ひじき煮 しば漬け	シガーバターコッペ 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 根菜入りつくね スパゲティーサラダ 柚子白菜	白粥 ウインナーと野菜のカレー煮 カリフラワーとブロッコリー洋風		
昼食	おにぎり たまごそば(温) おからとツナのサラダ	御飯 さわらの西京焼き 白菜と春雨の煮物 キャベツとコーンのおかかお浸し みそ汁(玉ねぎ、卵)	海老入りかき揚げ丼 小松菜とうす揚げの煮びたし みそ汁(えのき)	御飯 牛肉の甘辛 煮豆 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(小松菜、かまぼこ)	御飯 にしんの山椒煮 切り昆布と油揚げの煮物 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(里芋)		
夕食	御飯 鶏つくねと大根の煮物 茄子の吉野煮 カリフラワーと小松菜のお浸し みそ汁(白菜)	御飯 ハンバーグ(きのこあん) 具沢山野菜の煮込み きゅうりの胡麻和え みそ汁(もやし)	御飯 さばのみぞれ煮 豆乳がんもの含め煮 オクラとろろ みそ汁(巻麩)	御飯 いわしの梅煮 人参しりしり 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(豆腐)	御飯 チキンステーキ マカロニのトマトソース炒め キャベツのマリネ みそ汁(なめこ、巻き麩)		