

令和6年 1月 喜望園 献立表

	日	月	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
朝食		茶粥 チーズ入り磯辺かまぼこ 黒豆	明太チーズコッペ プリン 果汁100%ジュース	白粥 ぶりのみりんしょうゆ焼き 茄子の吉野煮 金時豆	茶粥 肉団子のケチャップ煮 ハム入りマカロニサラダ	白粥 昆布佃煮 みそ汁(玉ねぎ)	レーズンペストリー 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食		赤飯 焼きたけのこ ごぼうの胡麻和え 伊達巻 瀬戸内産真鯛の柚子塩焼き 国産鶏の八幡巻き 有頭海老旨煮 かずのこ 昆布巻き ふき青煮 しんじょうのかに風味 黒豆金箔のせ 紅白伊予柑なます 栗きんとん 椎茸の煮物	御飯 タラの味噌焼き きんぴらごぼう スイートコーンのサラダ みそ汁(里芋)	おにぎり とろろうどん(温) 切り昆布と油揚げの煮物	牛丼 キャベツと青さのナムル みそ汁(白菜、あげ)	御飯 煮込みハンバーグ マッシュポテト	御飯 にしんの柚子すだちおろし煮 青菜と海老の炒め物 茎わかめのさっぱり和え みそ汁(えのき、麩) ヤクルト
夕食		御飯 山椒香る牛肉と厚揚げの煮物 卵の花 みかんなます みそ汁(わかめ)	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ 切り干し大根の煮物 おくらと長芋の和え物 みそ汁(ほうれん草)	御飯 チキンステーキ 人参しりしり きゅうりの胡麻和え みそ汁(はんぺん)	御飯 ほっけの塩焼き しゅうまい 春雨サラダ お吸い物(とろろ昆布)	御飯 ホワイトシチュー きんぴらごぼう	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
朝食	7	8	9	10	11	12	13
朝食	茶粥 焼きさば からし菜ときくらげの田舎煮 青しそきゅうり漬け	白粥 肉団子の照り焼き 厚焼玉子 刻みすぐき	キリマンジャロコーヒーサンド 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 厚焼玉子 けんちょう 金時豆	白粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 青菜と海老の炒め物	茶粥 高野豆腐の卵とじ わかめと玉ねぎのツナサラダ しば漬け	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 チャブチエ 切り干し大根のハニービクルス みそ汁(もやし)	御飯 ちらし寿司 レバーの生姜煮 みそ汁(巻麩)	御飯 さわらの漬け焼き 揚げ茄子とインゲンの和風生姜あ 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(わかめ)	御飯 ピビンバ(鶏そぼろ、ナムル) 赤飯のうま煮 みそ汁(じゃがいも、わかめ)	御飯 メンチカツ かぼちやの煮物 キャベツと青さのナムル みそ汁(玉ねぎ、卵)	御飯 赤魚の西京焼き ぜんまいの田舎煮 オクラとろろ 赤みそ汁(なめこ)	おにぎり ソース焼きそば チーズ入り磯辺かまぼこ みそ汁(ソフト、えのき) ヤクルト
夕食	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 白菜と春雨の煮物 人参とピーマンの胡麻和え みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 いわしの梅煮 さつま芋のそぼろ煮 スパゲティーサラダ みそ汁(キャベツ)	御飯 豆腐ハンバーグ 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(白菜、あげ)	御飯 にしんの山椒煮 ビーフン 小松菜のわさび和え みそ汁(かにかま)	御飯 カレイの中華あんかけ 豆乳がんもの含め煮 きゅうりの胡麻和え みそ汁(大根)	御飯 牛肉の甘辛 なすのソテー キャベツのマリネ みそ汁(もやし)	御飯 さばの煮付け 人参しりしり 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(キャベツ)
朝食	14	15					
朝食	白粥 根菜入りつくね ほうれん草のピーナツ和え 刻みすぐき	茶粥 厚焼玉子 きんぴらごぼう 金時豆					
昼食	御飯 鶏ももの唐揚げ 煮豆 キャベツとソーセージのフレンチ みそ汁(ほうれん草)	御飯 おろしハンバーグ からし菜ときくらげの田舎煮 抹茶パエリア、あずきソースかけ みそ汁(かにかま)					
夕食	御飯 ぶりの甘酢あんかけ 厚焼玉子 ひじきのサラダ みそ汁(ソフト)	御飯 にしんの生姜煮 茄子の吉野煮 おくらと長芋の和え物 みそ汁(エリンギ)					

1月喜望園献立表

	日	月	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20
朝食			なつかし～あんぱん 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 大根と里芋のそぼろあん さつま揚げの煮物 しば漬け	茶粥 オムレツ カリフラワーとブロッコリー洋風	白粥 のりの佃煮チューブ かきたま汁	プルコギマヨ 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食			御飯 あじの漬け焼きごま風味 豆腐けんちん煮 刻み大根の梅肉和え みそ汁(わかめ、じゃがいも)	御飯 さわらの西京焼き えだ豆入ひじき煮 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(えのき、卵)	おにぎり わかめうどん(温) 青菜とピーマンのカラフル炒め	キーマカレー すりおろしりんご	ルーロー飯 みかんなます わかめスープ ヤクルト
夕食			御飯 肉団子と白菜のクリーム煮 フライドポテト(カレー) マカロニマリネサラダ みそ汁(もやし)	御飯 ポークチャップ 豆腐ナゲット キャベツのマリネ みそ汁(なめこ、巻き麩)	御飯 いわしの山椒煮 しゅうまい 山芋とろろ(だし入り) みそ汁(えのき)	御飯 かれいの生姜煮 みそ汁(じゃが芋)	御飯 赤魚の煮付け 五目ひじき かにかまと玉ねぎのサラダ みそ汁(もやし)
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	茶粥 高野豆腐の卵とじ 山芋とろろ(青のり入り) 刻みすぎき	白粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 茄子の吉野煮 柚子白菜	とろけるマヨチーズパン プリン 果汁100%ジュース	御飯 オムレツ マカロニサラダ みそ汁(ソフト)	白粥 厚揚げのオレンジチャップ ブロッコリーの胡麻和え	茶粥 根菜入りつくね おくらと長芋の和え物 しば漬け	チョコカスター 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食	御飯 白身魚のムニエル ほうれん草と玉ねぎのソテー 人参とピーマンの胡麻和え かきたま汁	おにぎり たまごそば(温) レバーの生姜煮	御飯 いわしの生姜煮 えだ豆入ひじき煮 小松菜のわさび和え みそ汁(そーめん)	御飯 さばの塩焼き ピーマンの和え物 ちくわの煮物 もやしと菊菜の和え物 みそ汁	御飯 さばの味噌煮(赤) けんちょう 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(ソフト、えのき)	海老入りかき揚げ丼 だし巻き卵(クックデリ) みそ汁(ほうれん草)	御飯 ワイン風味のデミグラスソースハ チャプチェ 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(なす) ヤクルト
夕食	御飯 鶏つくねと大根の煮物 牛肉とごぼうのしぐれ煮 きゅうりの胡麻和え みそ汁(白菜、あげ)	御飯 鮭の塩焼き さつま芋の甘煮 キャベツと薄揚げの煮びたし ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(えのき、麩)	御飯 一口とんかつ キャベツと薄揚げの煮びたし オクラとろろ みそ汁(かにかま)	御飯 ハンバーグ(きのこあん) 野菜サラダ 清汁 フルーツ缶	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ 切り干し大根とベーコンのスープ ごぼうサラダ みそ汁(じゃが芋)	御飯 チキンステーキ 具沢山野菜の煮込み キャベツのマリネ みそ汁(はんぺん)	御飯 にしんの蒲焼き 豆乳がんもの含め煮 刻み大根の梅肉和え みそ汁(なめこ)
	28	29	30	31			
朝食	白粥 厚揚げの野菜あんかけ ハム入りマカロニサラダ 刻みすぎき	茶粥 厚焼玉子 白菜と春雨の煮物 青しそきゅうり漬け	塩バニラ 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 にしんの塩蒸し けんちょう しば漬け			
昼食	三色丼(鶏そぼろ、茹でほうれん 茄子の吉野煮 みそ汁(里芋)	御飯 白身魚のフライ 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(厚揚げ、えのき)	御飯 さばのみぞれ煮 きんぴらごぼう チーズ入り磯辺かまぼこ みそ汁(かにかま)	おにぎり 醤油ラーメン(野菜・豚肉) 人参しりしり			
夕食	御飯 いわしの梅煮 豆腐けんちん煮 みかんなます みそ汁(ほうれん草)	御飯 鶏の西京焼き 煮豆 オクラとろろ みそ汁(豆腐)	御飯 牛肉の甘辛 揚げ茄子とインゲンの和風生姜あ 春雨サラダ みそ汁(玉ねぎ)	御飯 豆腐ハンバーグ 切り干し大根とベーコンのスープ ほうれん草の胡麻和え みそ汁(エリンギ)			