

令和6年10月喜望園献立表

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食			北海道十勝あんぱん プリン 果汁100%ジュース	茶粥 オムレツ スパゲティサラダ	白粥 肉団子の照り焼き ポテトサラダ	茶粥 スクランブルエッグ さつまいものサラダ	明太チーズコッペ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食			御飯 サバの塩焼き 付) ピーマンの和え物 豆腐の中華煮 小松菜の和え物 みそ汁(もやし)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付) 菜の花 付) トマト ひじき煮 みそ汁(じゃがいも、わかめ) フルーツ(キウイ)	チャーハン かぼちやのふわふわ豆腐 カリフラワーのドレ和え かき玉わかめスープ	御飯 イワシの生姜煮 付) 菜の花 付) 玉子焼き 野菜大豆煮 青梗菜の磯部和え みそ汁(玉ねぎ、卵)	御飯 タラのバター醤油焼き 付) ブロッコリー 茄子の揚げ浸し みそ汁(えのき、卵) フルーツ(白桃缶) ヤクルト
夕食			御飯 ハンバーグきのこがけ 付) ブロッコリー 野菜サラダ みそ汁(ソフト) フルーツ(黄桃缶)	御飯 魚の漬け焼き 付) 里芋・人参 きんぴらごぼう 青菜ともやしの和え物 みそ汁(白菜、あげ)	御飯 肉詰めはんぺんの和風あんかけ 大根と揚げの煮物 みそ汁(巻麩) フルーツ(みかん缶)	御飯 豚肉のうま塩炒め エビ焼売 みそ汁(なめこ) 杏仁フルーツ	おにぎり 焼きそば 南瓜煮 胡瓜の酢の物 みそ汁(白菜、あげ)
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	白粥 やわらかチキンクリーム煮 たまごサラダ	茶粥 ポイルウインナー ジャーマンポテト	シュガーバターコッペ 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 玉子焼き コールスローサラダ	茶粥 つみれと野菜のスープ煮 じゃがいもの洋風煮	白粥 スペイン風オムレツ スパゲティサラダ	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 焼肉風 高野豆腐の卵とじ みそ汁(わかめ) フルーツ(みかん缶)	御飯 鶏の照り焼き 付) キャベツ 炒り豆腐 胡瓜のおかか和え みそ汁(じゃが芋)	御飯 アジの塩焼き 付) 大根おろし ほうれん草の和え物 みそ汁(キャベツ) フルーツ(黄桃缶)	きのこカレー 漬物(福神漬) マカロニサラダ フルーツ(オレンジ)	御飯 クリームコロッケ 付) 菜の花ソテー 高野豆腐の煮物 胡瓜の酢の物 みそ汁(なめこ)	御飯 牛肉の七味焼き 付) ブロッコリー じゃがいもきんぴら みそ汁(エリンギ) フルーツ(黄桃缶)	御飯 鶏と玉子のソテー 大学芋 ほうれん草のお浸し コンソメスープ(ソフト) ヤクルト
夕食	御飯 蒸し魚の青しそ風味 焼き餃子 ドレ和え みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 ホキのマスタード焼 付) カリフラワー 里芋煮 みそ汁(キャベツ) フルーツ(フルーツカクテル缶)	御飯 回鍋肉 チンゲン菜と湯葉の和え物 金時豆 みそ汁(はんぺん)	御飯 鯖の生姜煮 付) インゲン がんもの煮付け オクラのボン酢和え みそ汁(大根)	御飯 チキンチャップ 付) 小松菜 季節のしんじょう みそ汁(かにかま) フルーツ(白桃缶)	御飯 カレイの甘酢あんかけ 青菜とエビの煮浸し 春雨サラダ みそ汁(玉ねぎ)	御飯 赤魚の酒蒸し れんこんの煮物 みそ汁(もやし) フルーツ(みかん缶)
	13	14	15				
朝食	茶粥 オムレツ かぼちやサラダ	白粥 鶏肉と大根の煮物 コールスローサラダ	珈琲クリームサンド 果汁ゼリー 果汁100%ジュース				
昼食	おにぎり きつねうどん 松風焼き ゼリー	御飯 白身魚のタルタル焼き 付) ブロッコリー ハムポテトカレー風味 ほうれん草の柚子和え みそ汁(卵、ふ)	御飯 豆腐野菜ハンバーグ 付) カリフラワー 豚肉と厚揚げの煮物 みそ汁(巻麩) フルーツ(みかん缶)				
夕食	御飯 魚の生姜醤油がけ 付) きのこ・玉ねぎ ひじき煮 いんげんのお浸し みそ汁(ソフト)	御飯 豚肉の甘辛煮 冬瓜の煮物 みそ汁(白菜、あげ) フルーツ(フルーツカクテル缶)	御飯 鯖のおろしかけ 付) キヌサヤ・人参 さつま揚げの煮物 オクラと蒸し鶏のゴマ和え みそ汁(かにかま)				

10月 喜望園 献立表

	日	月	火	水 16	木 17	金 18	土 19
朝食				茶粥 豚ごぼう ほうれん草コーンバター炒め	白粥 キャベツと豚肉のやわらかソテー マカロニサラダ	茶粥 スクランブルエッグ かぼちゃサラダ	エッグパン 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食				御飯 魚の味噌マヨネーズ焼き 付) 小松菜ソテー 蓮根そぼろ煮 みそ汁 (玉ねぎ、卵) フルーツ (白桃缶)	さつま芋ごはん (秋づくし) 銀鯉の塩焼き 付) 大根おろし 信田巻 白菜とシメジの和え物 みそ汁 (かにかま)	ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルト	御飯 鶏のゆかりがけ 付) キクナの和え物 ちくわの煮物 金時豆 赤みそ汁 (えのき) ヤクルト
夕食				御飯 南瓜コロッケ 付) インゲン 煮奴 もやしの和え物 みそ汁 (えのき、麩)	御飯 鶏のトマトソースがけ 付) ビーマン 野菜サラダ みそ汁 (キャベツ) フルーツ (黄桃缶)	御飯 タラの塩麹焼き 付) カリフラワー 白菜と厚揚げの煮物 インゲンのポン酢和え みそ汁 (豆腐)	御飯 かに玉中華あんかけ 卵の花 なめ茸和え わかめスープ
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	白粥 ササミとブロッコリーの炒め物 スパゲティサラダ	茶粥 オムレツ さつまいものサラダ	塩バニラ プリン 果汁100%ジュース	白粥 やわらかチキンクリーム煮 玉子と小松菜の炒め物	茶粥 ポイルウインナー ジャーマンポテト	白粥 じゃがいものそぼろ煮 コールスローサラダ	牛カルピブルコギマヨ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食	御飯 アジの焼き浸し 茄子の含め煮 みそ汁 (白菜) フルーツ (白桃缶)	御飯 ハンバーグ (ソース) 付) カリフラワー ピクルス みそ汁 (里芋) フルーツ (みかん缶)	御飯 魚のチリソースがけ 付) 粉吹き芋 きんぴらごぼろ 菜の花の和え物 みそ汁 (玉ねぎ、卵)	栗ご飯 肉団子のきのこあんかけ 白菜とほうれん草の柚子和え フルーツ (黄桃缶) みそ汁 (なす)	御飯 魚のあんかけ 豚ごぼろ 青梗菜の辛子和え みそ汁 (もやし)	親子丼 れんごんのはさみ蒸し しろなの和え物 みそ汁	御飯 赤魚の七味焼き 付) ブロッコリー 野菜大豆煮 みそ汁 (白菜) フルーツ (バナナ) ヤクルト
夕食	御飯 豚じゃが かぼちゃのふわふわ豆腐 青菜の塩昆布和え みそ汁 (巻麩)	御飯 サワラの味噌焼き 付) ビーマンの和え物 高野豆腐の卵とじ ほうれん草とエノキの和え物 みそ汁 (キャベツ)	御飯 豚カツ 付) チンゲン菜のソテー 豆腐の中華煮 みそ汁 (豆腐) フルーツ (白桃缶)	ピラフ 春雨の鶏そぼろ炒め オクラのおかか和え みそ汁 (はんぺん)	御飯 鶏の生姜焼き 付) 南瓜 カニ焼売 みそ汁 (ソフト) フルーツ (フルーツカクテル缶)	御飯 八宝菜 胡瓜とツナのポン酢和え 豆腐とカニのスープ フルーツ (白桃缶)	御飯 干草蒸しの和風あんかけ 春雨サラダ 青菜のわさび和え みそ汁 (巻麩)
	27	28	29	30	31		
朝食	茶粥 肉団子の照り焼き かぼちゃサラダ	白粥 Aきのこオムレツ マカロニサラダ	カフェラテクリームパン 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 キャベツとハムのトマト煮 ササミとブロッコリーの炒め物	白粥 スペイン風オムレツ スパゲティサラダ		
昼食	御飯 ポトフ (チキン) 小松菜のうま煮 胡瓜の中華サラダ	御飯 ホツケの塩焼き 付) 大根おろし 季節のしんじょう 菜の花の塩昆布和え みそ汁 (えのき、卵)	おにぎり お好み焼き 竹の子おかか煮 みそ汁 (かにかま) フルーツ (白桃缶)	えびちらし寿司 さつま芋レモン煮 赤みそ汁 (なめこ) フルーツ (フルーツカクテル缶)	御飯 サバの塩焼き 付) いんげん・花人参 ちくわの煮物 小松菜の和え物 みそ汁 (玉ねぎ、卵)		
夕食	御飯 魚のトマトソースがけ 付) キャベツ 大根の洋風煮 もやしとえびの和え物 みそ汁 (なめこ、巻き麩)	御飯 焼肉風 (ポーク) かき揚げ みそ汁 (わかめ) フルーツ (みかん缶)	御飯 メヌケの梅肉焼き 付) ほうれん草の和え物 卵の花 いんげんのゴマ和え みそ汁 (玉ねぎ)	御飯 ブルコギ 人参きんぴら 胡瓜のサラダ みそ汁 (白菜、あげ)	御飯 煮込みハンバーグ 付) しろな 野菜サラダ みそ汁 (なめこ、巻き麩) フルーツ (黄桃缶)		