

令和6年 11月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
朝食						茶粥 ポイルウインナー ポテトサラダ	エッグパン プリン 果汁100%ジュース
昼食						御飯 鶏肉のおろしがけ きんぴらごぼう 青菜とエノキの和え物 みそ汁(もやし)	オムライス 春雨の鶏そぼろ炒め カリフラワーのドレ和え かき玉わかめスープ ヤクルト
夕食						御飯 魚の漬け焼き 付)ピーマンの和え物 豆腐の中華煮 みそ汁(ソフト) フルーツ(白桃缶)	御飯 白身魚のフライ 付)キャベツ もやしソテー 昆布豆 みそ汁(えのき、麩)
	3	4	5	6	7	8	9
朝食	白粥 スクランブルエッグ さつまいものサラダ	茶粥 肉団子の照り焼き いんげんごま和え	レーズンペストリー 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 玉子焼き マカロニサラダ	茶粥 やわらかチキンクリーム煮 玉子と小松菜の炒め物	白粥 オムレツ さつま揚げの煮物	淡路島たまねぎカレーパン 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食	御飯 赤魚の粕漬焼き 付)キヌサヤ・人参 南瓜煮 みそ汁(白菜) みかん	御飯 かに玉和風あんかけ 野菜大豆煮 茄子の揚げ浸し みそ汁(かにかま)	おにぎり 焼きうどん 青梗菜の和え物 みそ汁(わかめ、じゃがいも) フルーツ(みかん缶)	御飯 白身魚のボン酢かけ 付)フロッコリー カブの煮物 みそ汁(なめこ) フルーツ(黄桃缶)	御飯 アジの塩焼き 付)大根おろし 春雨の鶏そぼろ炒め 白菜の和え物 みそ汁(小松菜、かまぼこ)	ビーフカレー 漬物(福神漬) かぼちゃサラダ ヨーグルト	御飯 甘酢キャベツメンチカツ 付)ほうれん草ソテー がんもの煮付け 胡瓜の酢の物 みそ汁(白菜) ヤクルト
夕食	御飯 豚肉のうま塩炒め エビ焼売 白菜の磯部和え みそ汁(はんぺん)	御飯 タラのマスタード焼き 付)フロッコリー 炒り豆腐 みそ汁(わかめ) フルーツ(白桃缶)	御飯 ホキの生姜醤油がけ 付)カリフラワー 蓮根そぼろ煮 胡瓜の酢の物 みそ汁(はんぺん)	御飯 鶏の照り焼き 付)キャベツ かぼちゃのふわふわ豆腐 もやしの磯部和え みそ汁(もやし)	御飯 ポークチャップ 付)ほうれん草 チンゲン菜と湯葉の和え物 みそ汁(えのき、麩) フルーツ(フルーツカクテル缶)	御飯 鯖の味噌煮 付)インゲン 季節のしんじょう ボン酢和え みそ汁(荳麩)	御飯 回鍋肉 春雨サラダ みそ汁(里芋) フルーツ(バナナ)
	10	11	12	13	14	15	
朝食	茶粥 白菜とベーコンのクリーム煮 菜の花のごま和え	白粥 茄子と厚揚げの煮物 スパゲティサラダ	シュガーバターコップ プリン 果汁100%ジュース	茶粥 鶏肉と大根の煮物 ほうれん草の柚子和え	白粥 豚ごぼう ポテトサラダ	茶粥 オムレツ マカロニサラダ	
昼食	御飯 魚の中華あんかけ 高野豆腐の煮物 しろなとエノキの和え物 みそ汁(ほうれん草、かにかま)	御飯 豚肉と玉子のソテー れんこんの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(じゃが芋)	おにぎり 肉そば 松風焼き フルーツ(黄桃缶)	御飯 魚の生姜醤油がけ 付)さつま芋 茄子の揚げ浸し 菜種和え 赤みそ汁(なめこ)	御飯 豆腐えびあんかけ しらすの和え物 みそ汁(なす) フルーツ(みかん缶)	桜エビと生姜のご飯(薬膳の日) 鯖のみぞれがけ ほうれん草の黒ゴマ和え 粕汁 柚子ゼリー	
夕食	御飯 おろし豆腐ハンバーグ 付)フロッコリー 人参きんぴら ドレ和え みそ汁(荳麩)	御飯 赤魚の酒蒸し 大学芋 みそ汁(玉ねぎ) フルーツ(白桃缶)	御飯 白身魚のタルタル焼き 付)カリフラワー 白菜と厚揚げの煮物 菜の花とハムの和え物 みそ汁(卵、ふ)	御飯 豚肉の甘辛煮 もやしの和え物 みそ汁(えのき、麩) フルーツ(フルーツカクテル缶)	御飯 メヌケの塩麴焼き 付)カリフラワー 竹の子おかか煮 インゲンのドレ和え みそ汁(豆腐)	御飯 豚カツ 付)キャベツ 茄子の含め煮 しろなの和え物 みそ汁(玉ねぎ)	

11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 ホキの煮付 付) かぼちや 大豆トマト煮 野菜サラダ みそ汁 (わかめ、じゃがいも) ヤクルト
夕食							御飯 チキンソテー 付) ブロッコリー 白菜の柚子和え みそ汁 (ほうれん草) フルーツ (黄桃缶)
	17	18	19	20	21	22	23
朝食	白粥 スクランブルエッグ 大根の煮物	茶粥 ポイルウインナー さつまいものサラダ	珈琲クリームサンド 6 p チーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 ササミとブロッコリーの炒め物 かぼちやサラダ	茶粥 玉子焼き コールスローサラダ	白粥 肉団子の照り焼き 玉子と小松菜の炒め物	明太チーズコッペ プリン 果汁100%ジュース
昼食	きのこハヤシライス 春雨サラダ ヨーグルト	御飯 カレイの照焼き 付) カリフラワー 豚肉と厚揚げの煮物 しろなの和え物 みそ汁 (玉ねぎ)	御飯 肉豆腐 切干大根の煮付 金時豆 みそ汁 (里芋)	御飯 ハンバーグ (ソース) 付) チンゲン菜のソテー 季節のしんじょう みそ汁 (なめこ、巻き麩) フルーツ (黄桃缶)	御飯 アジの漬け焼き 付) 白菜の和え物 蓮根そぼろ煮 菜の花のおかか和え みそ汁 (えのき、卵)	御飯 クリームコロッケ 付) 揚げ茄子 キャベツとハムのトマト煮 しろなの和え物 みそ汁 (里芋)	御飯 八宝菜 さつま揚げの煮物 かき玉わかめスープ フルーツ (フルーツカクテル缶) ヤクルト
夕食	御飯 フリのボン酢かけ 付) 小松菜 じゃがいもきんぴら オクラと蒸し鶏のゴマ和え みそ汁 (小松菜)	御飯 かに玉甘酢あんかけ 卵の花 わかめスープ フルーツ (みかん缶)	御飯 メヌケの焼き浸し 筑前煮 ほうれん草の塩昆布和え みそ汁 (白菜)	御飯 赤魚の味噌焼き 付) もやしの和え物 ちくわの煮物 スパゲティサラダ みそ汁 (かにかま)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付) ブロッコリー 豆腐の中華煮 みそ汁 (エリンギ) フルーツ (みかん缶)	御飯 さわらの粕漬焼き 付) 小松菜ソテー 信田巻 みそ汁 (かにかま) フルーツ (白桃缶)	御飯 タラの七味焼き 付) ブロッコリー カニ焼売 青梗菜の和え物 みそ汁 (白菜、あげ)
	24	25	26	27	28	29	30
朝食	茶粥 高野豆腐の卵とじ さつまいものサラダ	白粥 つみれと野菜のスープ煮 いんげんごま和え	塩バニラ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	茶粥 オムレツ ほうれん草コーンバター炒め	白粥 里芋鶏そぼろ煮 茄子と厚揚げの煮物	茶粥 大根の洋風煮 ササミとブロッコリーの炒め物	牛カルビブルコギマヨ 6 p チーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食	おにぎり お好み焼き おぐらの和え物 みそ汁 (ほうれん草) フルーツ (白桃缶)	ちらし寿司 (桜でんぶ) じゃがいものそぼろ煮 赤みそ汁 フルーツ (黄桃缶)	御飯 白身魚の唐揚げラタトゥイユが 付) キャベツ 豚ごぼう 胡瓜の中華サラダ みそ汁 (玉ねぎ、卵)	御飯 焼肉風 (チキン) 小松菜と竹輪のソテー みそ汁 (エリンギ) フルーツ (白桃缶)	御飯 魚の塩麹焼き 付) ビーマンソテー いんげんの辛子和え みそ汁 (かにかま) フルーツ (みかん缶)	牛丼 カリフラワーのサラダ みそ汁 (はんぺん) デザート	御飯 サバのボン酢がけ 付) ビーマンの和え物 豆腐の中華煮 野菜サラダ みそ汁 (じゃが芋) ヤクルト
夕食	御飯 魚の柚子あんかけ 野菜大豆煮 胡瓜とツナのボン酢和え みそ汁 (じゃがいも、わかめ)	御飯 鶏の生姜焼き 付) 玉ねぎとピーマンのソテー ひじき煮 ほうれん草のわさび和え みそ汁 (里芋)	御飯 肉団子の和風煮 炒り豆腐 しろなとえびの和え物 みそ汁 (じゃが芋)	御飯 ホッケの塩焼き 付) 大根おろし ハムポテトカレー風味 ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁 (なめこ)	御飯 干草蒸しの和風あんかけ 卵の花 人参サラダ みそ汁 (ソフト)	御飯 サワラの山椒焼き 付) 白菜 さつま芋レモン煮 もやしの和え物 みそ汁 (玉ねぎ、卵)	御飯 ハンバーグきのこがけ 付) 揚げ茄子 小松菜の和え物 みそ汁 (白菜、あげ) フルーツ (黄桃缶)