

令和7年 3月 喜望園 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝食							シュガーバターコッペ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食							御飯 鶏肉のデミソース煮 付) しろな 野菜サラダ みそ汁(わかめ) フルーツ(黄桃缶) ヤクルト
夕食							御飯 魚の甘酢あんかけ 里芋煮 小松菜の磯和え みそ汁(白菜、あげ)
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	茶粥 スペイン風オムレツ ポテトサラダ	白粥 肉団子の照り焼き さつまいものサラダ	エッグパン 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 スクランブルエッグ ほうれん草コーンバター炒め	白粥 さつま揚げの煮物 オクラのおかか和え	茶粥 玉子焼き ジャーマンポテト	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 魚の漬け焼き 付) 胡瓜の和え物 大根と揚げの煮物 キクナのドレ和え みそ汁(かにかま)	ひなちらし ふんわり野菜豆腐のあんかけ すまし汁 三色花ゼリー	御飯 鶏肉の治部煮 もやしソテー 昆布豆 みそ汁(ほうれん草)	御飯 赤魚の粕漬焼き 付) 小松菜・花人参 エビ焼売 白菜の磯和え みそ汁(えのき、卵)	御飯 かに玉和風あんかけ 蓮根そぼろ煮 みそ汁(なめこ) フルーツ(白桃缶)	おにぎり 焼きうどん 彩りしんじょう 青菜とエノキの和え物 みそ汁(玉ねぎ、卵)	御飯 白身魚のボン酢かけ 付) フロッコリー 野菜大豆煮 みそ汁(里芋) フルーツ(バナナ) ヤクルト
夕食	御飯 焼肉風 きんぴらごぼう 青菜と椎茸の和え物 みそ汁	御飯 豚肉のおろしがけ 人参の炒め煮 ほうれん草の白和え みそ汁(わかめ)	御飯 白身魚のフライ 付) キャベツ 春雨の鶏そぼろ炒め カリフラワーのドレ和え みそ汁(白菜)	ビーフカレー 漬物(福神漬) コールスローサラダ フルーツ(バナナ)	御飯 タラのマスタード焼き 付) フロッコリー 炒り豆腐 茄子の揚げ浸し みそ汁(もやし)	御飯 ホキの生姜醤油がけ 付) カリフラワー 青梗菜の和え物 みそ汁(はんぺん) フルーツ(みかん缶)	御飯 鶏の照り焼き 付) キャベツ 竹の子おかか煮 もやしの磯和え みそ汁(ほうれん草)
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	白粥 ポイルウインナー マカロニサラダ	茶粥 オムレツ ほうれん草とハムのソテー	塩バニラ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース	白粥 茄子と厚揚げの煮物 菜の花のごま和え	茶粥 鶏団子のスープ煮 かぼちゃサラダ	白粥 玉子焼き スパゲティサラダ	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 ポークチャップ 付) カリフラワー チンゲン菜と湯葉の和え物 みそ汁(じゃが芋) Pヨーグルト	御飯 鶏肉のうま塩炒め 季節のしんじょう しらす和え みそ汁	御飯 おろし豆腐ハンバーグ 付) フロッコリー 肉焼売 胡瓜の酢の物 みそ汁(じゃがいも、わかめ)	御飯 魚の中華あんかけ 大学芋 みそ汁(もやし) フルーツ(白桃缶)	御飯 豚肉と玉子のソテー 長芋の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(大根)	御飯 白身魚の生姜醤油がけ 付) さつま芋 茄子の揚げ浸し 菜の花とハムの和え物 みそ汁(ほうれん草)	おにぎり とんこつラーメン 焼き餃子 フルーツ(バナナ) ヤクルト
夕食	御飯 アジの塩焼き 付) 大根おろし 白菜と厚揚げの煮物 菜の花の和え物 みそ汁(わかめ)	御飯 鯖の味噌煮 付) インゲン がんもの煮付け みそ汁(白菜) フルーツ(みかん缶)	御飯 回鍋肉 南瓜煮 みそ汁(玉ねぎ) フルーツ(バナナ)	御飯 カレーコロッケ 付) 小松菜ソテー 春雨の鶏そぼろ炒め ドレ和え みそ汁(エリンギ)	御飯 赤魚の酒蒸し れんこんの煮物 みそ汁(なめこ、巻き麩) フルーツ(黄桃缶)	御飯 鶏肉の甘辛煮 キクナの和え物 みそ汁(白菜、あげ) フルーツ(みかん缶)	御飯 白身魚のタルタル焼き 付) かぼちゃ 人参きんぴら 菜種和え みそ汁(巻麩)

3月 喜望園 献立表

	日 16	月 17	火 18	水 19	木 20	金 21	土 22
朝食	茶粥 豚ごぼう 胡瓜の和え物	白粥 オムレツ マカロニサラダ	牛カルビブルコギマヨ プリン 果汁100%ジュース	茶粥 スクランブルエッグ さつまいものサラダ	白粥 ポイルウインナー 大根の煮物	茶粥 ササミとブロッコリーの炒め物 玉子と小松菜の炒め物	明太チーズコッペ 果汁ゼリー 果汁100%ジュース
昼食	御飯 豆腐えびあんかけ インゲンのドレ和え コンソメスープ フルーツ (黄桃缶)	御飯 ホキのみぞれがけ 付) キクナ 小松菜のうま煮 みそ汁 (里芋) フルーツ (みかん缶)	御飯 かに玉中華あんかけ 付) 豆腐の中華煮 野菜サラダ みそ汁 (なす)	御飯 チキンソテー 付) ブロッコリー・人参 春雨サラダ みそ汁 (ソフト、えのき) フルーツ (白桃缶)	ふきと揚げの炊き込みご飯 タラの菜種焼き 付) 菜の花 竹の子おかか煮 キャベツと桜エビの和え物 みそ汁(わかめ)	御飯 肉豆腐 切干大根の煮付 金時豆(うずら豆) 甘煮500g みそ汁 (ほうれん草)	御飯 豚カツ 付) チンゲン菜 茄子のえびあんかけ みそ汁 (わかめ、じゃがいも) フルーツ (バナナ) ヤクルト
夕食	御飯 メヌケの塩麴焼き 付) カリフラワー かぶの煮物 しろなの和え物 みそ汁 (はんぺん)	御飯 ハンバーグ (ソース) 付) ブロッコリー 茄子の含め煮 しらすの和え物 みそ汁(わかめ)	御飯 サワラの煮付け 付) カリフラワー 白菜の柚子和え みそ汁 フルーツ (バナナ)	御飯 カレイのボン酢がけ 付) 小松菜 きんぴらごぼう オクラと蒸し鶏のゴマ和え みそ汁 (もやし)	御飯 鶏団子のクリームシチュー 大豆トマト煮 フルーツ (黄桃缶)	御飯 アジの焼き浸し 筑前煮 ほうれん草の塩昆布和え みそ汁 (白菜、あげ)	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(巻麴)
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	白粥 肉団子の照り焼き かぼちゃサラダ	茶粥 やわらかチキンクリーム煮 コールスローサラダ	シガ-バターコッペ 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 さつま揚げの煮物 さつまいものサラダ	茶粥 つみれと野菜のスープ煮 ジャーマンポテト	白粥 ポイルウインナー たまごサラダ	レーズンペストリー プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 フリの漬け焼き 付) 白菜の和え物 じゃがいもきんぴら みそ汁 (なす) フルーツ (みかん缶)	木の葉丼 季節のしんじょう しろなの和え物 みそ汁	御飯 カレイの七味焼き 付) 小松菜ソテー 野菜大豆煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁 (かにかま)	御飯 クリームコロッケ 付) 揚げ茄子 胡瓜とツナのボン酢和え かきたま汁 フルーツ (黄桃缶)	御飯 ちらし寿司 ひじき煮 赤みそ汁 (えのき) フルーツ (バナナ)	御飯 白身魚の揚げ煮 付) キャベツ 豚ごぼう しろなとえびの和え物 みそ汁 (白菜)	御飯 焼肉風 さつま芋レモン煮 ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁 (玉ねぎ) ヤクルト
夕食	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付) ブロッコリー 蓮根そぼろ煮 菜の花のおかか和え みそ汁 (玉ねぎ)	御飯 魚の柚子あんかけ 信田巻 みそ汁(わかめ) フルーツ (白桃缶)	御飯 八宝菜 カニ焼売 みそ汁 (はんぺん) フルーツ (バナナ)	御飯 魚のムニエル 付) 玉ねぎとピーマンのソテー 高野豆腐の煮物 おくらの和え物 みそ汁 (ソフト、えのき)	御飯 鶏の生姜焼き 付) ブロッコリー 春雨の鶏そぼろ炒め ほうれん草のわさび和え みそ汁 (もやし)	御飯 肉団子の中華煮 炒り豆腐 胡瓜の中華サラダ みそ汁(わかめ)	御飯 タラの塩焼き 付) 大根おろし 小松菜と竹輪のソテー みそ汁 (はんぺん) フルーツ (黄桃缶)
	30	31					
朝食	茶粥 大根の洋風煮 茄子と厚揚げの煮物	白粥 じゃがいものそぼろ煮 胡瓜の和え物					
昼食	御飯 サワラの山椒焼き 付) かぼちゃ 菜の花のゴマ和え みそ汁 (じゃがいも、わかめ) フルーツ (みかん缶)	御飯 煮込みハンバーグ 付) 揚げ茄子 豆腐の中華煮 野菜サラダ みそ汁 (里芋)					
夕食	御飯 チキンのあんかけ 卵の花 人参サラダ みそ汁 (かにかま)	御飯 サバのボン酢がけ 付) ピーマンの和え物 小松菜の和え物 みそ汁(巻麴) フルーツ (バナナ)					