

令和4年 11月 喜望園献立表

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食			エッグパン グングンソーセージ 果汁100%ジュース	茶粥 根菜入りつくね ひじき煮 刻みすぐき	白粥 野菜とマカロニのコンソメ煮 豆とコーンのオーロラソース和え	茶粥 大根と里芋のそぼろあん 茎わかめのさっぱり和え 青しそきゅうり漬け	シュガーバターコッペ プリン 果汁100%ジュース
昼食			おにぎり とろろそば(温) 卵の花	御飯 たまぼてコロッケ カリフラワーの豆乳クリーム和え コーン入りコールスローサラダ みそ汁(ソフト、えのき)	御飯 豆腐ハンバーグ さつま芋の甘露煮 きゅうりの胡麻和え みそ汁(キャベツ)	三色丼(鶏そぼろ、茹でほうれん さつま揚げの煮物 みそ汁(はんぺん)	御飯 天然ぶりの照焼き 小松菜とうす揚げの煮びたし 春雨サラダ みそ汁(ほうれん草) ヤクルト
夕食			御飯 にしの生姜煮 大根のチーズ煮 ごぼうサラダ みそ汁(わかめ)	御飯 チキンステーキ 切り干し大根とベーコンのスー パゲティータサラダ みそ汁(じゃが芋)	御飯 さんまの塩焼き 冬瓜の生姜あんかけ ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(なす)	御飯 ボークチャップ 青菜と海老の炒め物 かにかまと玉ねぎのサラダ みそ汁(里芋)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 きんぴらごぼう チーズ入り磯辺かまぼこ みそ汁(なめこ)
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	白粥 高野豆腐の卵とじ 山芋とろろ(だし入り) 北海道産昆布の佃煮	茶粥 厚焼玉子 人参とわかめの土佐煮 しば漬け	クリームツイスト 6p チーズ+代6 果汁100%ジュース	白粥 ちくわと昆布の炒り煮 春雨の五目炒め 青しそきゅうり漬け	茶粥 オムレツ ロースハム	白粥 厚揚げの野菜あんかけ めかぶの三杯酢和え 刻みすぐき	塩バニラ グングンソーセージ 果汁100%ジュース
昼食	豚丼(甘辛ダレ) 小松菜のわさび和え みそ汁(里芋)	御飯 えび団子と白菜の中華あん 切り昆布と油揚げの煮物 みかんなます みそ汁(エリンギ)	御飯 白身魚のポン酢あんかけ 切り干し大根の煮物 きゅうりの胡麻和え みそ汁(ソフト)	ちらし寿司 豆乳がんもの含め煮 みそ汁(里芋)	御飯 牛肉コロッケ(ボイルでサクツと 煮豆 人参と蒸し鶏のサラダ みそ汁(エリンギ)	御飯 にしの柚子すだちおろし煮 きんぴらごぼう ハム入りマカロニサラダ 赤みそ汁(なめこ)	トマトとチキンのキーマカレー ひじきと大根のサラダ ヤクルト
夕食	御飯 いわしの梅煮 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(ほうれん草)	御飯 鶏肉の西京焼き 豆腐けんちん煮 キャベツとコーンのおかかお浸し 清汁(ふ、卵)	御飯 一口とんかつ ほうれん草と玉ねぎのソテー キャベツの酢味噌和え みそ汁(厚揚げ、えのき)	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き 具沢山野菜の煮込み カリフラワーのマリネ みそ汁(かにかま)	御飯 さわらの塩焼き 茄子の吉野煮 大根と胡麻のポン酢和え みそ汁(玉ねぎ)	御飯 ハンバーグ(チーズソース) フライドポテト(青のり) 三色豆のツナマヨサラダ みそ汁(もやし)	御飯 さばの味噌煮(白) だし巻き卵(クックデリ) おからとツナのサラダ みそ汁(ソフト)
	13	14	15				
朝食	茶粥 大根と里芋のそぼろあん チーズ入り磯辺かまぼこ しば漬け	白粥 厚揚げと白菜の豆乳クリーム煮 ほうれん草のお浸し 北海道産昆布の佃煮	プルコギマヨ プリン 果汁100%ジュース				
昼食	御飯 ぶりの甘酢あんかけ 人参しりしり オクラとろろ かき玉わかめスープ	おにぎり ソース焼きそば しゅうまい みそ汁(白菜、あげ)	御飯 牛肉と豆腐の卵とじ キャベツと薄揚げの煮びたし わかめと玉ねぎのツナサラダ 赤みそ汁(えのき)				
夕食	御飯 ワイン香るデミグラスソースハン 具沢山野菜の煮込み キャベツのマリネ みそ汁(わかめ、じゃがいも)	御飯 白身魚のピカタ カリフラワーとブロッコリーのべ 豆とコーンのオーロラソース和え コンソメスープ(ソフト)	御飯 赤魚のトマトカレー煮 ほうれん草と玉ねぎのソテー ごぼうサラダ みそ汁(卵、ふ)				

11月 喜 望 園 献 立 表

	日	月	火	水	木	金	土
				16	17	18	19
朝食				茶粥 肉団子の照り焼き ひじき煮 青しそきゅうり漬け	白粥 ふわとろスクランブルエッグ フライドポテト(青のり)	茶粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ キャベツとコーンのおかかお浸し 刻みすぐき	黒糖あんぱん 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース
昼食				御飯 鶏ももの唐揚げ カリフラワーの豆乳クリーム和え 刻み大根の梅肉和え みそ汁(小松菜、かまぼこ)	ハヤシライス カリフラワーのマリネ	海老入りかき揚げ丼 柿なます みそ汁(そーめん)	御飯 にしんの山椒煮 豆腐けんちん煮 切り干し大根のハニーピクルス みそ汁(巻麴) ヤクルト
夕食				御飯 タラの味噌焼き 白菜と春雨の煮物 粒マスタード入りポテトサラダ わかめスープ	御飯 あじの塩焼き 切り昆布と油揚げの煮物 きゅうりの胡麻和え みそ汁(白菜)	御飯 いわしの生姜煮 里芋のきのこあんかけ 根菜サラダ かきたま汁	御飯 肉団子の中華あん 人参とわかめの土佐煮 ハム入りマカロニサラダ みそ汁(玉ねぎ、卵)
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	白粥 根菜入りつくね みかんなます しば漬け	茶粥 厚焼玉子 豆乳がんもの含め煮 北海道産昆布の佃煮	とろけるマヨチーズパン グングンソーセージ 果汁100%ジュース	白粥 ちくわと昆布の炒り煮 さつま芋の甘露煮 青しそきゅうり漬け	茶粥 厚揚げのオレンジチャップ キャベツとソーセージのフレンチ	白粥 肉団子の照り焼き ひじき煮 刻みすぐき	淡路島たまねぎカレーパン プリン 果汁100%ジュース
昼食	御飯 チーズ入りチキンカツ 煮豆 わかめと玉ねぎのツナサラダ お吸い物(とろろ昆布)	御飯 さわらの漬け焼き 切り干し大根の煮物 コーン入りコールスローサラダ みそ汁(なめこ、巻き麴)	おにぎり わかめうどん(温) やわらか鶏肉の天ぷら	御飯 いわしの山椒煮 きんぴらごぼう おみ漬けの白和え みそ汁(えのき)	御飯 かぼちやのコロッケ 小松菜とうす揚げの煮びたし ひじきと大根のサラダ みそ汁(ソフト、えのき)	親子丼 カリフラワー小松菜のお浸し みそ汁(ほうれん草)	御飯 おろしハンバーグ 白菜のうま煮 春雨サラダ みそ汁(はんぺん) ヤクルト
夕食	御飯 ほっけの塩焼き キャベツと薄揚げの煮びたし 粒マスタード入りポテトサラダ みそ汁(えのき、卵)	御飯 肉じゃが 白菜と春雨の煮物 ほうれん草のごま和え 豆腐とカニのスープ	御飯 白身魚のトマト煮 青菜と海老の炒め物 キャベツのマリネ みそ汁(白菜、あげ)	御飯 鶏つくねと大根の煮物 茄子の吉野煮 スパゲティーサラダ みそ汁(わかめ)	御飯 八宝菜 ほうれん草と玉ねぎのソテー レンコンの梅おかかマヨサラダ みそ汁(じゃが芋)	御飯 さばの味噌煮(赤) 切り干し大根とベーコンのスープ オクラとろろ みそ汁(キャベツ)	御飯 にしんの蒲焼き 人参しりしり チーズ入り磯辺かまぼこ みそ汁(なす)
	27	28	29	30			
朝食	茶粥 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 切り干し大根の煮物 青しそきゅうり漬け	白粥 高野豆腐の卵とじ キャベツとコーンのおかかお浸し しば漬け	ウインナーコルネ 6pチーズ+代6 果汁100%ジュース	茶粥 厚焼玉子 人参とわかめの土佐煮 刻みすぐき			
昼食	オムライス ごぼうサラダ コンソメスープ(ソフト)	御飯 さばのみぞれ煮 里芋のきのこあんかけ 小松菜のわさび和え みそ汁(なめこ)	御飯 鶏肉のすき焼き風 カリフラワーの豆乳クリーム和え 刻み大根の梅肉和え みそ汁(じゃがいも、わかめ)	ビビンバ(鶏そぼろ、ナムル) しゅうまい みそ汁(なめこ)			
夕食	御飯 メンチカツ 具沢山野菜の煮込み カリフラワーのマリネ みそ汁(大根)	御飯 マーボー茄子 春雨の五目炒め 茎わかめのさっぱり和え みそ汁(ほうれん草)	御飯 白身魚のフライ 煮豆 根菜サラダ 清汁(ふ、卵)	御飯 カレイの中華あんかけ 豆乳がんもの含め煮 おくらと長芋の和え物 みそ汁(かにかま)			