

2023 月献立表

令和5年

都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

金

土

| | | |
|---|---|--|
| 朝 | パン コンソメスープ オムレツ 南瓜サラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 高野たまご巻のあんかけ 和え物 漬物 ヤクルト |
| 昼 | 牛すきそば御飯 揚げ出し豆腐 ごまみそ和え フルーツ お吸い物 | 御飯 海老のさつま揚げ風 付け合わせ きんぴら 梅肉和え 漬物 お吸い物 |
| 夕 | 御飯 野菜炒め 含め煮 ジャコ和え 漬物 味噌汁 | 御飯 豚肉の柳川風 切干大根の炒め煮 豆サラダ フルーツ 味噌汁 |

日

月

火

水

木

| | | | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|---|--|
| | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 |
| 朝 | 御飯 味噌汁 含め煮 和え物 味付けのり 牛乳 | 御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 ふりかけ 牛乳 | パン コーンポタージュ ハムと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト | 御飯 味噌汁 うの花 おかか和え ふりかけ 牛乳 | パン パンプキンスープ ソテー 豆サラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 チキンオムレツ 和え物 漬物 ヤクルト |
| 昼 | カレーライス 漬物 エビフライ 盛合わせサラダ 青りんごゼリー | ちらし寿司 がんもの煮物 レンコンの梅マヨ和え フルーツ缶(カクテル) 味噌汁 | 御飯 たらきのソースかけ 大根の煮物 カリフラワーの酢の物 フルーツ お吸い物 | ★名湯だより 登別閣魔焼きそば おにぎり ナムル コンソメスープ ぶどうのゼリー | 御飯 八宝菜 鶏肉の唐揚げ 和え物 漬物 わかめスープ | ぶっかけとろろそば(冷) つゆ おにぎり 磯香フライ ごま和え オレンジゼリー | カレー風味ピラフ コロッケ スパゲティサラダ コンソメスープ フルーツ |
| 夕 | 御飯 赤魚の長芋蒸し 南瓜の煮物 しめじと青菜の和え物 漬物 お吸い物 | 御飯 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ 肉じゃが風 マカロニサラダ 漬物 お吸い物 | 御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ しめじと糸こんにの卵とじ 和え物 漬物 味噌汁 | 御飯 あじのマスタード焼き 付け合わせ 茄子の煮物 わさび和え フルーツ 味噌汁 | 御飯 白身魚のもろみ焼き 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 味噌マヨ和え 煮豆 お吸い物 | 御飯 鶏肉の梅しそ焼き 付け合わせ がんもの煮物 かに風味和え 漬物 お吸い物 | 御飯 ぶりの幽庵焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 ツナの和風和え 漬物 お吸い物 |
| | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | 16日 |
| 朝 | 御飯 味噌汁 高野の含め煮 なます 味付けのり 牛乳 | 御飯 味噌汁 ひじきの煮物 おかか和え ふりかけ 牛乳 | パン パンプキンスープ スクランブルエッグ 豆サラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト | 御飯 味噌汁 和え物 漬物 牛乳 | パン コンソメスープ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 高野たまご巻のあんかけ ごま和え 漬物 ヤクルト |
| 昼 | 御飯 たらきの磯辺揚げ 付け合わせ 茄子の煮物 菜種和え 煮豆 味噌汁 | 【温】鮭高菜チャーハン 春巻き ナムル 杏仁フルーツ 中華スープ | きつねうどん うどんだし おにぎり ささみフライ(チス) 酢の物 青りんごのゼリー | 御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) ビーフソテー ピーナッツ和え 煮豆 味噌汁 | 御飯 十五穀米御飯 松風焼き 付け合わせ 野菜と卵のソテー 南瓜サラダ 漬物 お吸い物 | チャンポン おにぎり 餃子 中華和え オレンジゼリー | 御飯 さわらの和風ムニエル 付け合わせ いか大根 かに風味和え 煮豆 お吸い物 |
| 夕 | ゆかり御飯 牛肉の柳川風 南瓜の煮物 もずくの生姜酢 フルーツ お吸い物 | 御飯 くわ焼き(鶏肉) 付け合わせ 大根と角揚げの煮物 桜海老の和え物 煮豆 味噌汁 | 御飯 パサのムニエル 付け合わせ 麻婆豆腐 ポテトサラダ 漬物 お吸い物 | わかめ御飯 おでん 鶏肉と玉葱の炒め煮 レンコンの梅マヨ和え 漬物 お吸い物 | 御飯 あじの竜田焼き 付け合わせ 筑前煮 オクラのジャコ和え フルーツ 味噌汁 | 御飯 メルルサの味噌マヨ焼き 付け合わせ 含め煮 お浸し 漬物 お吸い物 | 御飯 牛肉のガリボン炒め 付け合わせ がんもとなすの煮物 なめたけ和え 漬物 味噌汁 |
| | 17日 | 18日 敬老の日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 秋分の日 |
| 朝 | 御飯 味噌汁 ひじきの煮物 お浸し ふりかけ 牛乳 | 御飯 味噌汁 切干大根煮 おかか和え ふりかけ 牛乳 | パン パンプキンスープ フィッシュソーセージと野菜のソテー スパゲティサラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト | 御飯 味噌汁 卵とじ 和え物 味付けのり 牛乳 | パン コンソメスープ オムレツ マカロニサラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 さつま揚げの卵とじ ごま和え 漬物 ヤクルト |
| 昼 | 御飯 タンダーチキン 付け合わせ 里芋の煮物 磯和え 漬物 お吸い物 | <松花堂弁当> 赤飯 天ぷら 天つゆ 刺身 炊き合わせ 白和え 茶碗蒸し デザート | 御飯 鶏肉の玉葱ソースかけ 付け合わせ ひじきの煮物 中華サラダ 漬物 お吸い物 | 中華丼 ビーフソテー ツナの和風和え フルーツ わかめスープ | オムレツ おにぎり ポテトサラダ パンプキンスープ デザート | 御飯 さわらのマスタード焼き 付け合わせ 大根の煮物 酢の物 煮豆 味噌汁 | カレーライス 漬物 コロッケ スパゲティサラダ フルーツ |
| 夕 | 御飯 赤魚のおろし煮 付け合わせ 野菜と卵のソテー 春雨の酢の物 煮豆 味噌汁 | 御飯 豚肉の香草焼き 付け合わせ かに玉 豆サラダ 漬物 味噌汁 | 御飯 あじのピカタ 付け合わせ 金平ごぼう 青菜と沢庵の和え物 漬物 味噌汁 | 御飯 かれいの梅煮 付け合わせ 野菜炒め 南瓜サラダ 漬物 味噌汁 | 御飯 鶏肉の南蛮漬 南瓜のそぼろ煮 辛子とえ 煮豆 お吸い物 | 御飯 鶏肉のもろみ焼き 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 青菜のお浸し フルーツ お吸い物 | <バイキング> |
| | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 | 30日 |
| 朝 | 御飯 味噌汁 ひじきの煮物 お浸し ふりかけ 牛乳 | 御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 あみえび 牛乳 | パン パンプキンスープ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 はんぺんの卵とじ ごま和え 漬物 ヤクルト | 御飯 味噌汁 炒り豆腐 なます ふりかけ 牛乳 | パン コンソメスープ スクランブルエッグ 豆サラダ ジャム 牛乳 | 雑炊 ししゃも 青菜のお浸し 漬物 ヤクルト |
| 昼 | 御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根) いかと里芋の煮物 なめたけ和え 漬物 お吸い物 | 味噌ラーメン おにぎり 焼売 おかか和え オレンジゼリー | 御飯 さばの竜田揚げ 付け合わせ 含め煮 胡瓜の酢味噌和え 漬物 お吸い物 | 御飯 松風焼き 付け合わせ 里芋のそぼろあん 梅肉和え 漬物 味噌汁 | 御飯 銀鱈の味噌焼き 付け合わせ じゃこじゃが おかか和え フルーツ お吸い物 | 御飯 メルルサのきのこソースかけ 含め煮 和え物 フルーツ 味噌汁 | きしめん(温) だし おにぎり 磯辺揚げ豆腐 ピーナッツ和え ぶどうゼリー |
| 夕 | 御飯 つくねの照り焼き 付け合わせ 野菜と卵のソテー 春雨の酢の物 煮豆 味噌汁 | 御飯 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ じゃが芋のバター炒め ドレッシング和え 漬物 お吸い物 | ゆかり御飯 鶏肉のマスタード焼き 付け合わせ いか大根 ポンス和え フルーツ 味噌汁 | 御飯 あじのムニエル 付け合わせ 含め煮 オクラのジャコ和え フルーツ お吸い物 | 菜飯 鶏肉の唐揚げ 付け合わせ 金平ごぼう しらたきの真砂和え 漬物 味噌汁 | ★十五夜 いもたき おにぎり 天ぷら盛り合わせ デザート | 御飯 くわ焼き(鶏肉) 付け合わせ しめじと糸こんにの卵とじ 酢の物 漬物 お吸い物 |