

デイサービスセンター アウル 3月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2	
昼					海鮮バラちらし、エビ汁、 山菜豆腐、ほうれん草の お浸し、牛乳寒天	海鮮バラちらし、エビ汁、 山菜豆腐、ほうれん草の お浸し、牛乳寒天	
おやつ					桜餅・お茶	桜餅・お茶	
		5	6	7	8	9	
昼		ホッキご飯、鰹汁、厚焼き 卵、ふきと天かまの炒め に	カレーライス、スープ、 サラダ、いよかん	ご飯、味噌汁、カレイの煮 付け、ほうれん草の胡麻 和え、ポテトサラダ、酢の 物、バナナ	まぜすし、澄まし汁、鮭の ムニエル(レタス、トマト、 オレンジ添え)、かぶと厚 揚げの煮物	はらこ飯、シチュー、白菜 のお浸し、いよかん	
おやつ		カスタードケーキ・お茶	カステラ・フルーチェ・お 茶	ぼたぼた焼き・お茶	パースディケーキ・紅茶	クッキー、お茶	
		12	13	14	15	16	
昼		海鮮バラちらし、大根と鶏 肉の煮物、ほうれん草の お浸し、フルーツポンチ	五目うどん、ミニおにぎ り、ポテトサラダ(レタス、 ブロッコリー、ハム添え)	ご飯、味噌汁、焼き魚 (ホッケ)、おでん、三色蒸 し、玉子豆腐	ご飯、味噌汁、焼き魚 (鮭)天ぷら、ほうれん草 のなめたけ和え、オレン ジ寒	ご飯、味噌汁、鮭のフライ パン焼き、ニラのかまぼ こ和え、ごぼうと豚肉の 煮物	
おやつ		パースディケーキ・紅茶	バナナ、お茶	オレンジ寒、お茶	チーズケーキ、紅茶	チーズケーキ、紅茶	
		19	20	21	22	23	
昼		ご飯、豚汁、コロッケ(ゆ でキャベツ、オレンジ)、 ニラの玉子とじ	ご飯、味噌汁、キュウリみ かんとわかめの酢の物、 焼き魚(ほっけ)、大根と ちくわ人参の煮物、山菜 玉子豆腐	ご飯、味噌汁、ポテトサラ ダ、タラのホイル蒸し、厚 揚げとふきの煮物、ほう れん草のお浸し、バナナ	カレーライス、わかめと コーンのスープ、中華サ ラダ(レタス、キュウリ、ゆ で卵) オレンジ	カレーライス、わかめと コーンのスープ、中華サ ラダ(レタス、キュウリ、ゆ で卵) オレンジ	
おやつ		お茶、お菓子	お茶、プリン	紅茶、お菓子	エリーゼ、らくがん、お茶	エリーゼ、らくがん、お茶	
		26	27	28	29	30	
昼		ご飯、味噌汁、焼き魚 (ホッケ)、肉じゃが、ほう れん草のゴマ酢和え、オ レンジ	ホッキごはん、味噌汁、 大根と天かまの煮物、山 菜豆腐、オレンジ	ご飯、シチュー、焼き魚 (ホッケ)、ニラの卵とじ、 オレンジ	ご飯、シチュー、 鮭のムニエル、 ニラの卵とじ、 オレンジ寒	ご飯、味噌汁、鶏肉の煮 物、マーボー豆腐、 コールスローサラダ	
おやつ		らくがん、お茶	ドーナツ、お茶	プリン、お茶	バナナ、お茶	バナナ、紅茶	