

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 |
|-----|-----|--|--|--|--|--|-----|
| | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| 昼 | | 散し寿司、すまし汁、煮しめ、杏仁豆腐、鶏もも肉の生姜焼き(レタス、トマト、ほうれん草の胡麻和え) | 散し寿司、タラのムニエル(レタス、トマト、ポテトサラダ、にらの卵とじ添え)、すまし汁、フルーツポンチ | 16穀ごはん、味噌汁、焼魚(ホッケ)大根おろし添え、肉じゃが、白菜とほうれん草のなめたけ和え、バナナ | お赤飯、澄まし汁、金平ゴボウ、鮭のホイル蒸し、フルーツの盛り合わせ | ご飯、味噌汁、焼魚(宗八)大根おろし、ほうれん草のなめたけ和え添え、天ぷら(茄子、ピーマン、さつま芋)、金平ごぼう、オレンジ | |
| おやつ | | 紅芋タルト | 紅芋タルト | クリームパン | パースディケーキ | 甘納豆、クッキー | |
| | | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | |
| 昼 | | 山菜そば、いなり寿司、厚焼き卵(レタス、ポテトサラダ添え)、オレンジジュース寒天 | ご飯、シチュー、焼魚(ホッケ)大根おろし添え、山菜玉子豆腐、ほうれん草と人参のお浸し、バナナ | オムライス、サラダ(レタス、トマト、キュウリ、ホワイアスパラ)、バナナ | ホッキご飯、そうめん汁、山菜の煮物、レタス、トマト、フロコリー、厚焼き卵、フルーツあんみつ | ご飯、味噌汁、焼魚(ホッケ)ナスの田楽(レタス添え)、ほうれん草のなめたけ和え、バナナ | |
| おやつ | | チョコパン、きな粉ねじり | むしばん | むしばん | パニラロアンヌ | ホットケーキ | |
| | | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | |
| 昼 | | 海鮮バラ散し、澄まし汁、鶏もも肉の照り焼き(レタス、トマト添え)、煮しめ、フルーツあんみつ | ご飯、味噌汁、ヒレカツ(スパゲティ、レタス、トマト添え)、ひじきの煮物、ほうれん草とえのきのポン酢和え、オレンジ | ご飯、味噌汁、焼魚(ドラウト)大根おろし添え、レタス、トマト添え、白菜と人参のお浸し、豚肉のすき焼き、フルーツヨーグルト | ご飯、味噌汁、焼き魚(ホッケ)、ほうれん草の胡麻和え、親子煮、オレンジ | ご飯、味噌汁、タラのフライ(レタス、トマト添え)、マカロニサラダ、ほうれん草と白菜のお浸し、イチゴ | |
| おやつ | | パースディケーキ | パニラロアンヌ、チョコレート | クッキー | マシュマロ | ミニどら焼き | |
| | | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | |
| 昼 | | ご飯、味噌汁、筑前煮、焼き魚(ホッケ)、ほうれん草のお浸し、オレンジ | 五目うどん、いなり寿司、ポテトサラダ、卵焼き、レタス、ミニトマト添え、オレンジ寒天 | 海鮮バラ散し、天ぷら(さつま芋、なす、ピーマン)、そうめん汁、ほうれん草のお浸し、フルーツポンチ | ご飯、カジカ汁、豚肉の生姜焼き(キャベツ、ミニトマト、ピーマンのソテー添え)マカロニサラダ、オレンジ | カレーライス、野菜サラダ(レタス、アスパラ、トマト、キュウリ、ハム)、味噌汁、フルーツ寒天 | |
| おやつ | | エリーゼ | まんじゅう | 羊羹カステラ | 手作りたご焼き | どらやき | |
| | | 31 | | | | | |
| 昼 | | ご飯、カジカ汁、コロケ(レタス、千切りキャベツ、トマト、ピーマンのソテー添え)、ニラの卵とじ、長芋の梅和え、オレンジ | | | | | |
| おやつ | | カステラ | | | | | |