

デイサービスセンター アウル10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	3	
昼				ご飯、味噌汁、焼き魚(ホッケ)レタス、トマト、大根おろし添え、肉じゃが、ほうれん草と白菜のお浸し、りんご	カレーライス、味噌汁、山菜玉子豆腐(レタス、トマト、ブロッコリー、キュウリ添え)、洋ナシ	ご飯、味噌汁、ヒレカツ(レタス、トマト、スパゲティ添え)、切干大根、キュウリの酢の物	
おやつ				クッキー、チョコレート	シュークリーム、ゼリー	洋ナシ	
		6	7	8	9	10	
昼		ご飯、味噌汁、豚肉のすき煮、焼き魚(ホッケ)大根おろし添え、ほうれん草と人参のお浸し、みかん	はらこ飯、味噌汁、おでん(大根、人参、玉子、さつま揚げ、結び白滝)、ほうれん草とえのきのボン酢和え、リンゴ	ご飯、味噌汁、鮭のムニエル(レタス、トマト、千切りキャベツ、ブロッコリー、ホワイトアスパラ)、にらの玉子とじ、ふきの炒め煮、フルーツ蜜豆	豚丼、味噌汁、山菜卵豆腐(レタス、トマト添え)、寒天フルーツ、三色浸し	マグロの山かけ丼、味噌汁、焼きナス、白菜のお浸し、ぶどう	
おやつ		チーズケーキ	洋ナシ	洋ナシ	カスタードケーキ	フルーツヨーグルト	
		13	14	15	16	17	
昼		栗ご飯、味噌汁、焼き魚(秋鮭)大根おろし添え、ほうれん草の胡麻和え、ポテトサラダ、りんご、みかん	ご飯、味噌汁、焼き魚(トラウト)レタス、ホワイトアスパラ、大根おろし添え、とろろいも(刻みのり添え)、金平ごぼう、梨	ホッキご飯、鮭の三平汁、厚焼き卵(レタス、ピーマン、トマト添え)、大根と厚揚げの煮物、杏仁豆腐	ご飯、シチュー、焼き魚(ホッケ)レタス、トマト、大根おろし添え、ほうれん草のなめたけ和え、バナナ	ご飯、味噌汁、焼き魚(塩さば)、スペイン風オムレツ(レタス、トマト添え)、ほうれん草のお浸し、フルーツ寒天	
おやつ		ぶどう	ぶどう	おやき	さつまいも	ぶどう	
		20	21	22	23	24	
昼		ご飯、豚汁、焼き魚(ホッケ)大根おろし、レタス、トマト添え、わかめとたまねぎのサラダ、みかん、3色浸し	五目そば、サンドイッチ(ポテトサンド、ハムサンド)、オレンジジュース寒天	ハヤシライス、マカロニサラダ(レタス、トマト添え)、わかめスープ、バナナ	おにぎり、味噌汁、焼きそば、サラダ(レタス、トマト、ブロッコリー、アスパラ)、フルーツヨーグルト	ご飯、そうめん汁、焼き魚赤魚(大根おろし、レタス、トマト添え)、ふるふき大根、八宝菜、りんごのコンポート	
おやつ		カスタードケーキ	スイスロール	スイスロール	ロワンス、桃山	ふんわりケーキのクリームサンド	
		27	28	29	30	31	
昼		ご飯、味噌汁、焼き魚(トラウトサーモン)、筑前煮、白菜と人参のお浸し、キュウリの酢の物、バナナ	ご飯、味噌汁、コロッケ(レタス、トマト、スパゲティ添え)、ひじきの煮物、梨	三色丼、味噌汁、焼きなす、ポテトサラダ(レタス、トマト添え)、寒天フルーツ	栗ご飯、味噌汁、焼き魚(トラウトサーモン)レタス・トマト・大根おろし添え、ほうれん草の胡麻和え、大根と厚揚げの煮物、柿	ご飯、ニラのかき玉汁、煮魚(真カレイ)、天ぷら(ナス、ピーマン、サツマイモ、南瓜)、長いもの梅和え、みかん	
おやつ		ロワンス、クッキー	クッキー、栗しぐれ	チーズケーキ	ゼリー、クッキー	味噌パン	