

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 | |