

グループホームアウル登別館 平成24年8月 献立表 海ユニット

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝				ご飯・味噌汁 目玉焼き ウインナーピーマンケ チャップ炒め ブロッコリアんかけ	ご飯・味噌汁 ホッケ味噌焼き 鶏肉ナス塩麴 フルーチェ・卵焼き	ご飯・味噌汁 鮭塩焼き ポロニアソーセージ 卵焼き ほうれん草ときのこソテー	ご飯・味噌汁 野菜の豚肉巻 麻婆豆腐・桃
昼				ご飯・味噌汁 海老フライ・イカフライ 春巻・チキチキボン きゅうり胡麻和え フルーツ	キーマカレー パン・ごぼうサラダ	ご飯・ワンタンスープ ハムベジダブルケチャップ 炒め・フライドポテト オニオンリング マカロニサラダ	冷やしラーメン 餃子 いんげんの胡麻和え ハム巻ポテトサラダ
夕				ご飯・味噌汁 筍煮物 鶏肉バター炒め カニカマ炒め	ご飯・味噌汁 豚肉生姜焼き 天かま大根の煮物 ササミフライ	炊き込みご飯・味噌汁 さんまの味噌煮 厚揚げいんげんのソテー トマトきゅうりカニカマサラ ダ	ご飯・味噌汁 豚肉の水炊き ほうれん草の煮びたし しゅうまいの卵とじ
	5	6	7	8	9	10	11
朝	ご飯・味噌汁 卵焼き ウインナー キャベツの煮物	ご飯・味噌汁 ハンバーグ ポテトサラダ・かぼちゃの 煮つけ・漬物 ホッケのみりん焼き	ご飯・味噌汁 目玉焼き・キムチ ウインナーほうれん草炒 め	ご飯・味噌汁 卵焼き・キムチ 天かま人参キャベツ炒め	ご飯・味噌汁 ウインナー炒め・野菜サラ ダ うにクラゲ 厚揚げと小松菜煮びたし	ご飯・味噌汁 鮭塩焼き サラダ 肉じゃが	ご飯・味噌汁 エビケチャップ和え 卵焼き ふき豚肉の煮物
昼	ご飯・味噌汁 酢豚・春雨サラダ マカロニサラダ	ハヤシライス 中華スープ 春雨入り中華サラダ	にぎり寿司・鶏肉のスープ ジャガイモの煮物 刺身こんにやく	ご飯・コンソメスープ イカフライ みそきゅうり ジンギスカン唐揚げ クリームチーズと生ハムサ ラダ・ささげのマヨ和え	ご飯・シーフードシチュウ ラーメンサラダ さんま塩焼き・鶏肉唐揚 ハッシュドポテト	ご飯・ギョーザスープ 卵焼き 鶏肉ごぼうの旨煮 きゅうりカニカマ和え	ご飯・中華スープ 餃子・酢豚 ミニトマト・キウイフルーツ
夕	ご飯・味噌汁 鶏フライ・豆腐すり身焼き キャベツ添え もやしのナムル	ご飯・味噌汁 チーズオムレツ 豚肉入りカレーソースがけ 大根豚ひき煮物 カニカマ水菜ポン酢がけ	ご飯・味噌汁 サーロインステーキ マカロニケチャップ炒め レタスカニカマサラダ	ご飯・味噌汁 ホッケのムニエル キャベツきゅうり添え 筑前煮・トマト マンゴーゼリー	ご飯・味噌汁 すき焼き風煮込み ナスの味噌炒め サラダ	ご飯・中華スープ ほうれん草胡麻和え わかめカニカマボン酢和 え 大根シメジ煮物 焼き魚ホッケ	ご飯・味噌汁 ハンバーグ きゅうり鰹和え ナス田楽・サラダ
	12	13	14	15	16	17	18
朝	ご飯・味噌汁 目玉焼き・ミートボール ポテトサラダ さんまのかば焼き	ご飯・味噌汁 焼魚にしん 漬物 肉団子とほうれん草炒め	ご飯・味噌汁 鶏肉ピーマンケチャップ炒 め ベーコン玉ねぎ和え フルーチェバナナ	ご飯・味噌汁 鮭のムニエル ほうれん草の卵とじ きゅうりとハムのサラダ 煮豆・キムチ	ご飯・味噌汁 ベーコンのせ目玉焼き 煮豆・卵豆腐 しゅうまい	ご飯・味噌汁 ほうれん草の鮭フレーク和 え パイン 鶏肉の煮物	ご飯・味噌汁 シーフードパスタ 野菜入りオムレツ サバの塩焼き
昼	ステーキカレー きゅうりきゃべつ新漬 煮豆・スイカ マイタケスープ	炊き込みご飯・味噌汁 里芋・いんげん煮物 アスパラ卵とじ	チキンライス・味噌汁 メロン イカリング・キャベツ	ざるそば・天ぷら 稲荷ずし	ご飯・味噌汁 芋と根菜の煮物 ホッケ きゅうりとトマト	ご飯・味噌汁 ロールキャベツ ちくわの煮物 野菜の浅漬け	牛丼・マイタケそば 筑前煮
夕	ご飯・味噌汁 生姜焼きキャベツ添え イワシ煮付 メロン	ご飯・味噌汁 カレイの煮付 卵豆腐・鶏肉人参煮物 野菜サラダ	ちらし寿司 ウインナー・ロールキャベ ツ はめときゅうりマヨ和 え	ご飯・味噌汁 豚肉なす醤油煮 鶏肉もやしケチャップ和え メロン	ご飯・味噌汁 エビ入り卵のあんかけ 揚げ餃子 きゅうりの漬物	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 冷や奴 イカとサバの甘酢ズケ	ご飯・味噌汁 豚肉ネギ塩焼き 八宝菜・きゅうりの酢の物 とろろてん
	19	20	21	22	23	24	25
朝	ご飯・味噌汁 サバ塩焼き 大根おろしなめたけ和え 麻婆春雨・ウインナー ミートボールケチャップ炒 め	ご飯・味噌汁 オムレツ風卵焼き ウインナー・サラダ ナスの炒め物	ご飯・味噌汁 ふきの煮物 鮭の醤油煮 ホイコーロー	ご飯・味噌汁 ベーコン玉ねぎ炒め さんまかば焼き きゅうり漬物・麻婆春雨	ご飯・味噌汁 ホッケみりん焼 ナスと厚揚げ煮物 ハムはんぺん焼き	ご飯・味噌汁 さんま塩焼き たらこスパサラダ ヨーグルト	ご飯・味噌汁 卵焼き ほうれん草ちくわ炒め ふきの煮物
昼	赤飯・味噌汁 焼きドーフ・ヨーグルト 漬物	冷やし中華・味噌汁 ナスとオクラの味噌煮	ご飯・味噌汁 回鍋肉風炒め かぼちゃの煮物	焼きそば・イカリング 御吸い物 ふきと揚げの煮物	ご飯・白菜つみれ水炊き ナポリタン・ハンバーグ きゅうり漬物	ご飯・味噌汁 唐揚げ 牛タンモークもやし炒め 漬物・ほっき	キーマカレー 野菜の天ぷら ミニトマトサラダ
夕	ご飯・味噌汁 ハンバーグ 芋とコーンの煮物 シーチキンほうれん草トマ トの煮物	ご飯・つみれ汁 肉豆腐 かぼちゃの煮物 鮭の照り焼き	ご飯・味噌汁 肉じゃが 鶏肉ネギガーリックソテー ピーマンのめんつゆ和え 天かまハムの煮物	ご飯・味噌汁 唐揚げのあんかけ 麻婆豆腐 サラダ小松菜	ご飯・味噌汁 餃子 レンコンとふきの煮物 ホタテのマリネ	ご飯・味噌汁 ホタテの煮付 ホイコーロー 芋サラダ	ご飯・味噌汁 揚げとひき肉あんかけ サバの味噌煮 カニカマのサラダ
	26	27	28	29	30	31	
朝	ご飯・味噌汁 ミートボール きゅうりの漬物 黒豆	ご飯・味噌汁 大根の煮物 サバの塩焼き フルーツサラダ	ご飯・味噌汁 野菜と天かまの煮物 冷や奴・大学芋 春雨サラダ	ご飯・味噌汁 里芋の煮物 鮭 しそわかめ	ご飯・味噌汁 刺身こんにやく 天かま人参炒め スクランブルエッグ ナスの漬物	ご飯・味噌汁 ウインナー・卵焼き 煮豆	
昼	(家族会) 焼き肉・焼き鳥 おにぎり・エビ塩焼き ジンギスカン	ご飯・味噌汁 酢豚・春雨サラダ 漬物	オムライス・味噌汁 筑前煮 切干大根	ナポリタン・ポトフ 水菜パプリカサラダ	そうめん ロールキャベツ 野菜の浅漬け	ご飯・味噌汁 さんまの塩焼き 野菜炒め ジャガイモの煮物 冷しゃぶサラダ	
夕	ご飯・味噌汁 ちくわの磯辺焼き ポテトサラダ レタスの卵とじ	ご飯・味噌汁 豚肉生姜焼き かぼちゃの煮付 漬物	ご飯・味噌汁 さんまの味噌煮 ポテトサラダ 麻婆豆腐	栗ご飯・味噌汁 シシャモ揚げ マカロニサラダ にら入り麻婆豆腐	おにぎり・スープ 焼き肉(さんま・エビ・牛タ ン・ソフトステーキ・エリン ギ)	ご飯・味噌汁 煮込みハンバーグ たらこスパサラダ 山菜の煮物	