

グループホームアウル山ユニット4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	4	5	6
朝		・ご飯・味噌汁・ハム エッグ・南瓜サラダ・ 天カマ炒め・フルー チェ	・ご飯・味噌汁・卵焼 き・ポテト サラダ・梅 干し・ほうれんそうお 浸し	・ご飯・味噌汁・つぼ 鯛焼き・ふき煮物・大 根そぼろあんかけ	・ご飯・味噌汁・ハム エッグ・胡瓜酢のも の・煮豆・みかん	・ご飯・味噌汁・ふき とちくわの炒めもの・ 塩さば・きゅうりとカニ かまの酢物	・パン・卵スープ・ロー ルキャベツ・目玉焼 き・スパゲティサラダ
昼		・ご飯・味噌汁・真た らフライ・野菜添え・ 酢豚風肉だんご・煮 豆・オレンジ	・ご飯・味噌汁・トラウ トサーモン焼き・海老 マヨと竹輪の和え・マ カロニサラダミモザ 風・伊予かん	・ご飯・味噌汁・野菜 天ぷら盛り合わせ・ 水菜サラダ・りんご	・ご飯・味噌汁・なす の素あげ・もやしサラ ダ・揚げ春巻き	・ご飯・ぎょうざスー プ・ホイコーロー・カニ たま・マカロニサラ ダ・生野菜	・ご飯・味噌汁・さつ ま芋ミニコロッケ・トマ トレタス添え・ふきと 竹輪のごま風炒め・ バナナフルーチェ
夕		・ご飯・味噌汁・ナス 味噌炒め・塩さば焼 き・南瓜煮	・ご飯・味噌汁・肉だ んごの野菜煮・チキ ンステーキ・フルーツ	・ご飯・ニラ卵スープ・ シーフードチャウ ダー・マーボー豆腐・ きゅうり酢物	・ご飯・味噌汁・きの こハンバーグ・長芋 酢物・かすぺのぬた・ 苺	・オムライス・コーン スープ・海老のサラ ダ・フルーチェ	・ご飯・味噌汁・白あ え・焼き魚・サーモン のカルパッチョ・フ ルーツ
	7	8	9	10	11	12	13
朝	・ご飯・味噌汁・鮭焼 き・五目煮・大根の酢の もの	・ご飯・味噌汁・さん ま蒲焼き・豚ばらもや し炒め・ポテトサラダ	・ご飯・味噌汁・目玉 焼き・ほっきサラダ・ もずく酢・アスパラ ベーコン炒め・いちご	・ご飯・味噌汁・豚に ら炒め・モヤシ卵と じ・きゅうりの醤油和 え	・ご飯・味噌汁・スクラン ブルエッグ・餃子・トマ ト・チーズ・ハムロー ル	・ご飯・味噌汁・ポテト サラダ・鯖焼き・きゅう りなめたけ和え・いち ご	・ご飯・味噌汁・ほっ け焼き魚・野沢菜漬・ 卵焼き・梅干し
昼	・ご飯・味噌汁・肉 じゃが・焼き茄子の煮 びたし・胡瓜もみ	・誕生日メニュー・寿 司セット蕎麦<冷>茶 碗蒸し	・焼きそば・スープ てんかま・ほうれんそ うの秋刀魚缶和え・	・ご飯・味噌汁・アス パラとウドの酢みそ あえ・棒棒鶏風サラ ダ・きのこ豆腐のあ んかけ・かぼちゃ煮	・ご飯・味噌汁・から あげ・ブロッコリートマ ト添え・ふきの煮物・ いちご	・ご飯・味噌汁・生姜 焼き・麻婆春雨・金平 ごぼう	・ご飯・しゅまいスー プ・チキン南蛮・タル タルソースかけ・里芋 煮・サラダ
夕	・ご飯・味噌汁・ほっ け焼き・筑前煮・もや し中華風ナムル	・ご飯・味噌汁・鮭ホ イル焼き・かぼちゃあ んかけ・メロン・きのこ とホーレンソウ白あえ	・カレーライス・味噌 汁・ナスときゅうりの 中華和え・メロン	・ご飯・シチュー・スー プ・ほうれん草なめた け和え・キウイヨーグ ルト	・ご飯・味噌汁・かす ぺ煮付・春雨サラダ・ ひじき炒り煮	・ご飯・味噌汁・豚す き煮・中華くらげ・ サーモンマリネ	・ピラフ・卵とキノコの スープ・ホイコー ロー・ぶり大根・アス パラサラダ
	14	15	16	17	18	19	20
朝	・ご飯・味噌汁・目玉 焼き・ウインナーのケ チャップ炒め・マカロニ サラダ・フルーチェ	・ご飯・味噌汁・鯖し お焼・もやしとおくら の和え物・天カマと白 滝の煮物	・ご飯・味噌汁・鮭の きのこあんかけ・卵焼 き・煮豆・ほうれん草 お浸し	・ご飯・味噌汁・出し 巻き卵・肉団子・焼き なす・バナナフルー チェ	・ご飯・味噌汁・ソー セージとベジタブル のケチャップ炒め・大 根とにんじんのコロコ ロ煮	・ご飯・味噌汁・卵焼 き・めかぶ・焼き魚・ 煮豆	・ご飯・スープ・鮭の ムニエル・ポテトサラ ダ・アスパラとベーコ ン炒め
昼	・ご飯・味噌汁・肉 じゃが・アボカドと豆 腐のサラダ・切り昆布 と竹輪の炒め煮・リン ゴ	・幕の内弁当<鶏ご 飯>	・とろろ蕎麦<温>・ ささげとレタスのサラ ダ・きゅうりもみ・いな り寿司	・カレーライス・スー プ・長芋中華サラダ・ ぶどう	・ご飯・味噌汁・ポテト コロッケ・野菜添え・ 長芋の酢の物・いち ご	・ミートスパゲティ・ コーンスープ・フライド ポテト・シーチキンサ ラダ・いちご	・醤油味らーめん・杏 仁豆腐・
夕	・カレーライス・味噌 汁・白身フライ・竹輪 天ぷら・ポテトサラダ	・ご飯・味噌汁・刺身 盛り合わせ・なめた け和え・ヨーグルトバ ナナ	・ご飯・味噌汁・かき 揚げ・白菜のなめた け和え・りんご	・ご飯・味噌汁・豚肉 の味噌焼き・大根の 煮物・オレンジ	・ご飯・味噌汁・鶏肉 と玉葱の卵とし・マー ボー豆腐・なすとピー マンの素あげ	・ご飯・味噌汁・めめ き焼き魚・里芋と南瓜 の煮物・昆布佃煮	・ご飯・味噌汁・鶏照 り焼き・白あえ・トマ ト・昆布巻き
	21	22	23	24	25	26	27
朝	・ご飯・味噌汁・銀か れいみりん漬け・ふき と天カマの煮物・煮豆	・ご飯・味噌汁・ししゃ も・昆布巻き・とびっこ 和え・もずく	・ご飯・味噌汁・ハム フライ・ソーセージソ テー・佃煮	・ご飯・味噌汁・目玉 焼き・ウインナーと野 菜炒め・春雨サラダ	・ひじきご飯・味噌汁・ 鮭焼・絹さやの炒め 物・漬物	・ご飯・味噌汁・焼き 魚<白身>・なめたけ 和え・納豆おくら入り	・ご飯・味噌汁・カニ たま・鯖みそ煮・マー ボー春雨・ほうれん 草の和え物
昼	・焼きそば・卵と豆腐 のスープ・長いもサラ ダ・キウイヨーグルト	・ご飯・味噌汁・えび チリ・ひじきと厚あげ の煮物・タラときのこ のあんかけ・オレンジ	・鉄火丼・すまし汁・ 彩りのごま和え・オレ ンジ	・ミートスパゲティ・海 老フライ・サラダ・ スープ・フルーチェ	・ご飯・味噌汁・ぶり みそ焼き・あげ出し豆 腐・こあえ	・ご飯・シチュー・コー ルスローサラダ・天カ マ炒め・みかんヨーグ ルト	・ピラフ・卵スープ・鶏 のバター炒め・春菊と ツナのポン酢和え・ 漬け物
夕	・ご飯・味噌汁・マー ボー豆腐・野菜炒め・ 漬物	・ご飯・つみれ汁・ナ ス素揚げ・切干大根 の煮物・白菜お浸し	・かやくご飯・味噌汁・ 長芋の酢の物・水か すべ煮付	・ご飯・味噌汁・ぬか 秋刀魚・シーチキン サラダ・里芋の煮物・ 漬物	・ご飯・味噌汁・根菜 の煮物・ポテトサラ ダ・漬物	・ご飯・味噌汁・揚げ 餃子・イカリング・フラ イドポテト・シュウマ イ・水菜となめたけ和 え・たくあん	・豚丼・味噌汁・もや しサラダ・ふきの煮物
	28	29	30				
朝	・ご飯・味噌汁・目玉 焼き・海老とピーマン のケチャップ炒め・ きゅうり酢物・パイ ナップル	・ご飯・味噌汁・スクラ ンブルエッグ・ソー セージ炒め・山菜の 煮物	・ご飯・味噌汁・肉に ら炒め・塩鯖焼・小松 菜の煮びたし				
昼	・ご飯・味噌汁・つぼ 鯛焼き・肉入り炒り 卵・焼き茄子の煮び たし・リンゴ	・ご飯・味噌汁・田楽 ナス甘から煮・パイ ナップル	・ご飯・味噌汁・さつ まいもコロッケ・キャ ベツトマト添え・きゅう りもみ・スイカ				
夕	・シーフードカレー・味 噌汁・モヤシとにらの 炒め・フルーチェ	・ご飯・味噌汁・塩さ ば・長芋の酢の物・ 肉じゃが	・ご飯・味噌汁・サー モンマリネ・中華炒 め・数の子のわさび 漬け				