

グループホームアウル登別館 4月 山ユニット 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
朝			・ご飯・みそ汁・ししゃも焼き・玉子豆腐・白菜のお浸し・いちご	・ご飯・ポタージュスープ・炒り卵・茹でアスパラ・鶏肉の照り焼き・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・茄子の煮びたし・ポロニアソーセージ・ツナワカメ	・ご飯・みそ汁・鯖の味醂焼き・ニラ玉・胡瓜とカニカマの酢の物	・ご飯・みそ汁・目玉焼き・アスパラのベーコン炒め・煮豆・コブ巻き
昼			・ご飯・みそ汁・鯖の味噌煮・豚肉とふきの炒め・南瓜サラダ	・山菜おこわ・みそ汁・ほうれん草の白和え・切り昆布の煮物・南瓜漬け	・うどん・鯖のムニエル・ポテトサラダ・りんご	・ご飯・みそ汁・鰯大根・ウドの酢味噌和え・アスパラ・漬物	・ご飯・みそ汁・鶏肉の玉子とじ・赤魚のぬか漬け・ハムと水菜のサラダ・桃
夕			・ご飯・みそ汁・カレーの煮付・もずく酢・オレンジ	・ご飯・みそ汁・鯖・金平ゴボウ・おくら、カニカマ、長芋の和え物	・ご飯・みそ汁・チャーシュー・豆苗の炒め物・煮玉子・チャブチェ	・ご飯・みそ汁・肉じゃが・マグロとアボガド和え・茄子の漬物	・ご飯・たちのみそ汁・天ぷら(茄子・海老・イカ・春菊・アスパラ)・玉子豆腐・漬物
	6	7	8	9	10	11	12
朝	・ご飯・みそ汁・海鮮春雨・南瓜・漬物・トマト	・ご飯・みそ汁・塩鯖・玉子焼・胡瓜の漬物	・パン・コーンスープ・ウインナー・スクランブルエッグ・マカロニサラダ	・ご飯・みそ汁・厚焼き卵・春菊のツナ和え・煮豆・味噌漬け	・ご飯・みそ汁・魚肉ハンバーグ・フキの煮物・小松菜のお浸し	・ご飯・みそ汁・玉子焼・ほうれん草のお浸し・煮豆・煮物	・ご飯・みそ汁・ニラとベーコンの炒め物・赤魚の醤油漬け・味胡瓜・桃
昼	・ピラフ・スープ・ハンバーグ・サラダ・フキの炒め物	・炒飯・ミネストローネ・鱈のフライ・ポテトサラダ	・散らし寿司・みそ汁・唐揚げ・サラダ・オレンジ	・ミートスパゲティ・コーンスープ・餃子・温野菜・杏仁豆腐	・ご飯・みそ汁・豆腐の玉子とじ・ニラのお浸し・豚肉と茄子の味噌炒め	・混ぜご飯・みそ汁・カレーの煮付・金平ゴボウ・白菜のなめたけ和え	・ご飯・みそ汁・豚の生姜焼き・マカロニサラダ・べったら漬け
夕	・ご飯・みそ汁・焼き餃子・もやしのナムル	・豚丼・みそ汁・白菜のお浸し・鯖	・ご飯・豚汁・カレーの味噌汁・野菜となめ茸の和え物・ピーマンの炒め物・フルーチェ	・カレーライス・ワカメスープ・酢の物・ほうれん草のなめ茸和え	・ご飯・みそ汁・スパゲティ・サラダ・ミートボール・煮物	・三色丼・味噌汁・チキンカツ・胡瓜の漬物	・ネギトロ丼・アサリのみそ汁・フキ、竹の子、鯖の味噌煮・ほうれん草のお浸し・漬物
	13	14	15	16	17	18	19
朝	・ご飯・みそ汁・玉子焼・ウインナー・ホッキマヨと胡瓜の和え物・煮豆	・ご飯・みそ汁・ホッキサラダ・ゴボウサラダ・鯖焼き・玉子焼	・ご飯・みそ汁・ほうれん草とベーコンの炒め物・サーモンのマリネ・玉子豆腐	・ご飯・みそ汁・ウインナー・煮豆・ワカメのサラダ	・ご飯・みそ汁・焼き魚・温野菜・納豆・漬物・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・さつま揚げの醤油炒め・ほうれん草の玉子焼・煮豆・納豆	・ご飯・みそ汁・ミートボール・だし巻き玉子・ほうれん草のお浸し・オクラ納豆
昼	・ご飯・みそ汁・鶏のうま煮・ほうれん草としめじの胡麻和え・たくあん・苺	・カレーライス・ニラ玉スープ・シーザーサラダ・いちごとみかん	・ご飯・みそ汁・煮魚・アスパラの酢味噌・コールスローサラダ・フルーツ	・ご飯・みそ汁・豚肉の玉子とじ・水菜とハムのサラダ・マーボー豆腐	・ご飯・味噌汁・チカのフライ・白菜のお浸し・カブの煮物・たくあん	・うどん・金平ゴボウ・モヤシのサラダ・いちごのフルーチェ	・ご飯・みそ汁・ぶりの塩焼・竹輪の磯辺揚げ・大根の煮物・オレンジ・バナナフルーチェ
夕	・ご飯・みそ汁・豚バラのピカタ・マカロニサラダ・ひじきと天カマの煮物・みかん	・ご飯・鶏牛蒡のみそ汁・クリームコロッケ・ウドの酢の物・フルーツ	・散らし寿司・みそ汁・唐揚げ・マカロニサラダ・茄子の煮物	・豚丼・みそ汁・酢の物・白菜のなめたけ和え・みかんヨーグルト	・ご飯・ワカメのスープ・ハンバーグ・南瓜のサラダ・トマト	・ご飯・春雨スープ・豚肉の茄子の炒め物・赤魚の粕漬焼き・水菜のサラダ・フルーツ	・まぐろ漬け丼・みそ汁・ラーメンサラダ・昆布と天カマの煮物
	20	21	22	23	24	25	26
朝	・パン・ハンバーグ・水菜のサラダ・ポテト	・ご飯・みそ汁・ニラの玉子とじ・水菜と胡瓜の和え物・煮豆・漬物	・ご飯・みそ汁・ミートボール・秋刀魚の蒲焼き・茄子の漬物・ゼリー	・ご飯・みそ汁・鯖・玉子焼・ほうれん草のお浸し・煮豆	・ご飯・みそ汁・ミニバーグ・ほうれん草の玉子とじ・ゴボウのサラダ・漬物	・ご飯・鶏団子汁・カブと天カマの煮物・南瓜のサラダ・チーズかまぼこ	・ご飯・みそ汁・赤魚の粕漬け・シーチキンと野菜のサラダ・トマト・昆布の佃煮
昼	・混ぜご飯・みそ汁・天ぷらかまぼこ・長芋となめ茸の和え物	・ご飯・みそ汁・ステーキ・ブロッコリー添え・煮物・オレンジ	・稲荷寿司・みそ汁・フキの油炒め・出し巻き玉子・スイカ	・ご飯・みそ汁・茄子のミート和え・いんげんの胡麻和え・もやしのナムル	・ご飯・海老と餃子のスープ・鯖の西京漬け・手羽先の甘辛煮・フルーチェ	・かき揚げうどん・もやしと胡瓜のサラダ・オレンジ	・ご飯・オニオンスープ・メンチカツ(キャベツ添え)・マーボー春雨
夕	・ご飯・みそ汁・チキン南蛮(タルタル風)・トマト・ほうれん草の胡麻和え・ブロッコリーの酢味噌和え	・ご飯・みそ汁・シウマイ・湯豆腐・胡瓜のなめ茸和え・茄子とピーマンの味噌炒め	・カレーライス・豆腐スープ・長芋の中華サラダ・メロン	・ご飯・みそ汁・カブと鶏そぼろのあんかけ・ホッケ・南瓜の煮物・漬物	・鯖の漬け丼・具だくさんみそ汁・鯖の味噌煮・サーモンマリネ	・ご飯・餃子のスープ・ホッケ・ウドの酢味噌和え・茄子と豚肉の味噌炒め	・ご飯・みそ汁・ニラとベーコンの玉子とじ・鶏肉と大根の煮物・水菜とハムのサラダ
	27	28	29	30			
朝	・ご飯・みそ汁・鯖・アスパラの肉巻き・ホッキサラダ・漬物	・ご飯・みそ汁・ニラ玉・ロールキャベツと肉団子・生姜昆布	・ご飯・みそ汁・ウインナー・スパゲティ・サラダ・黒豆・白菜のお浸し	・ご飯・みそ汁・ホッケ・出し巻き玉子・サラダ・桃			
昼	・ご飯・みそ汁・チンジャオロース・ひじきと白滝の煮物・えのきと胡瓜の胡麻和え	・ご飯・味噌汁・ネギの肉巻き・サーモン・サラダ・漬物・フルーチェ・苺	・おにぎり・きのこうどん・もやしのシーザー・サラダ・りんご	・豚ヒレ甘辛丼・みそ汁・ニラ玉・ベーコン・みかん			
夕	・ご飯・みそ汁・餃子・野菜とシーフードの煮込み・冷奴	・ご飯・温素麺・肉団子の甘酢あんかけ・マカロニサラダ・切干大根	・ご飯・みそ汁・鶏肉の玉子とじ・マーボー春雨・ほうれん草のお浸し	・ご飯・みそ汁・カレーの煮付・大根と鶏肉の煮物・胡瓜の漬物			