

グループホームアウル登別館 5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
朝					・ご飯・みそ汁・ウインナーとアスパラの炒め物・マカロニサラダ・もずく酢	・ご飯・みそ汁・赤魚のぬか漬け・ウインナー・玉子豆腐	・ご飯・みそ汁・焼き魚・野菜炒め・煮豆
昼					・ご飯・みそ汁・ホイコーロー・大根のサラダ・桃のヨーグルト掛け	・ご飯・みそ汁・マーボー豆腐・海鮮塩春雨・マーボー茄子	・ご飯・みそ汁・揚げ出し豆腐・肉じゃが・おくら入りとろろいも
夕					・ご飯・みそ汁・牛肉コロケ・シシヤモフライ(キャベツ添え)・茶わん蒸し	・シーフードカレー・チキンカツ・酢の物・キュウイ	・ピラフ・ス^プ・餃子・ポテトサラダ・フルーツミックス
	4	5	6	7	8	9	10
朝	・ご飯・みそ汁・玉子焼・ハム・煮豆・レタスのサラダ	・ご飯・みそ汁・鯖の塩焼・ウインナーのケチャップ炒め・子持ち昆布	・ご飯・みそ汁・ホッケ・さつま揚げの醤油炒め・桃	・ご飯・コーンスープ・ウインナー・水菜と玉子のサラダ・佃煮・りんご	・ご飯・モヤシのスープ・玉子焼・ウインナー・ほうれん草とハムのソテー・人参とモヤシの甘辛煮	・ご飯・みそ汁・鮭・玉子豆腐・フキの煮物	・ご飯・みそ汁・鯖・ウインナー・めかぶ・茄子の漬物
昼	・ご飯・みそ汁・生姜焼き・南瓜の煮物・春雨の酢の物	・ご飯・南瓜のシチュー・ワラビの炒め煮・おくら納豆・パイナップル	・ご飯・きのこ汁・鶏つくね・出し巻き玉子・トマト・りんご	・ご飯・ポトフ・オニオンのポン酢和え・スパゲティサラダ	・いなり寿司・春雨のスープ・酢豚・ポテトサラダ・漬物	・ご飯・みそ汁・ニラ玉・チキンカツ・ミニトマト・レタスの酢味噌和え	・ご飯・みそ汁・野菜炒め・マーボー豆腐・漬物
夕	・きのこ入りうどん・アボガドのシーザーサラダ・なめ茸と胡瓜の和え物	・ご飯・みそ汁・豚冷しゃぶ・玉子焼・胡瓜の塩昆布和え	・ご飯・みそ汁・オムレツ・中華春雨・スパゲティサラダ	・ご飯・みそ汁・チンジャオロース・納豆入り焼きあげ・ほうれん草の胡麻和え	・ご飯・みそ汁・鶏肉の玉子とし・豚肉と茄子の味噌炒め・ニラのお浸し	・海鮮丼・みそ汁・煮物・漬物	・ご飯・みそ汁・海老マヨ(ブロッコリー、アスパラ添え)・煮物・茶わん蒸し
	13	12	13	14	15	16	17
朝	・ご飯・みそ汁・目玉焼き・ウインナー・胡瓜の和え物・煮豆	・ご飯・みそ汁・さつま揚げ・玉子焼・わかめとシーチキンの和え物	・パン・スープ・チキンソテー・玉子サラダ・オレンジ	・ご飯・みそ汁・鮭焼き・胡瓜と水菜のサラダ・厚焼き卵	・ご飯・みそ汁・ウインナー・しめ鯖のポン酢和え・さしみこんにゃく・煮豆	・ご飯・みそ汁・鮭焼ゆでアスパラ・ウインナーポイル	・ご飯・みそ汁・ウインナー炒め・シュウマイ・ブロッコリー・もずく
昼	・ご飯・水餃子スープ・カルビ焼き肉(野菜添え)・しめ鯖	・素麺・ポトフ・長芋のお浸し・塩鮭焼き	・ご飯・みそ汁・カレーの煮付・南瓜のサラダ・漬物	・ご飯・みそ汁・豚しゃぶ(トマト、レタス添え)・おでん・玉子豆腐	・おにぎり・醤油ラーメン・みかんヨーグルト	・ご飯・みそ汁・茄子と豚肉の味噌炒め・ニラのお浸し・焼き魚(鯖の味噌漬け)	・親子丼・みそ汁・胡瓜とワカメの酢の物・桃入りフルーチェ
夕	・三色丼・みそ汁・ほっけの塩焼き・もずく酢	・ご飯・みそ汁・大根と鶏肉のあんかけ・白菜のお浸し・サラダ	・カレーライス・スープ・フルーツ・サラダ・昆布巻き	・いなり寿司・みそ汁・焼きそば・茄子の煮物	・ご飯・みそ汁・鶏肉の玉子とし・マーボー豆腐・水菜とハムのサラダ・キュウイ	・寿司・蕎麦・ほうれん草のお浸し	・ご飯・すい豚・煮魚(カスベ)・心太
	18	19	20	21	22	23	24
朝	・ご飯・みそ汁・玉子焼・シシヤモ・桃・お浸し	・ご飯・みそ汁・鯖焼・ほうれん草の胡麻和え・煮豆	・ご飯・みそ汁・ミートボール・胡瓜のサラダ・玉子焼	・ご飯・みそ汁・鮭焼・ネギ入り玉子焼・ブロッコリー・漬物・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・目玉焼き・さつま揚げの醤油炒め・お浸し・桃	・ご飯・みそ汁・鯖の味噌焼き・豆苗のチャンプルー・ウインナー	・ご飯・みそ汁・肉じゃが・鯖の西京漬け・ほうれん草のお浸し
昼	・ご飯・春雨スープ・唐揚げ(野菜添え)・苺・ヨーグルト	・ハヤシライス・コーンスープ・マカロニサラダ・苺	・ご飯・みそ汁・ポークチャップ・含め煮・南瓜のサラダ	・ピラフ・餃子スープ・豚肉とニラのチャンプルー・メロン	・ライス・ワカメスープ・ハンバーグ&ステーキ・南瓜サラダ・ウドの酢味噌和え・キュウイフルーチェ	・ご飯・水餃子スープ・マーボー豆腐・ポテトサラダ・メロン	・ご飯・みそ汁・牛肉入り金平ゴボウ・焼き豆腐のシーチキン和え
夕	・ご飯・みそ汁・豚肉のソテー(野菜添え)・ひじきと白滝の煮物	・ご飯・みそ汁・冷しゃぶ(野菜添え)・大根サラダ・漬物	・ご飯・みそ汁・鶏肉とネギとモヤシの炒め物・アスパラのサラダ・焼き魚(塩ホッケ)	・ペスカトーレ・コーンスープ・野菜のホワイトソース焼き・林檎	・ご飯・みそ汁・鶏団子の煮物・刺身	・ご飯・みそ汁・チンジャオロース・煮物・キュウイ	・鶏ゴボウご飯・みそ汁・つぼ鯛の塩焼・マカロニサラダ
	25	26	27	28	29	30	31
朝	・ご飯・みそ汁・目玉焼き・ひじきの煮物・漬物・長芋	・ご飯・みそ汁・鯖の塩焼・胡瓜の酢の物・生姜昆布	・ご飯・みそ汁・鮭焼・ほうれん草のお浸し・トマト・胡瓜・佃煮	・ご飯・みそ汁・玉子焼・シュウマイ・煮豆・お浸し	・ご飯・みそ汁・スクランブルエッグ・鮭焼・煮豆・白菜のお浸し	・ご飯・みそ汁・野菜とソーセージの炒め物・目玉焼き・南瓜煮	・パン・スープ・ウインナー・スクランブルエッグ・コールスロー
昼	・ご飯・みそ汁・焼き魚(ホッケ)・南瓜の煮物・漬物・コールスローサラダ・フルーツ	・そぼろ丼・みそ汁・山菜の煮物・ポテトサラダ・林檎・オレンジ	・カレーライス・みそ汁・海老フライ・キャベツととびっ子のマヨネーズ和え・フルーツ	・焼きそば・フキの煮物・アスパラ・モヤシのスープ	・ご飯・餃子のスープ・コロケ・ナムル・サラダ	・ご飯・みそ汁・豚肉の生姜焼き(野菜添え)・サーモン、鮭、野菜の漬け・心太	・ご飯・つみれ汁・ザンギ・水菜と胡瓜のサラダ・桃
夕	・ご飯・みそ汁・カルビ・野菜炒め・胡瓜の和え物・梨	・ご飯・みそ汁・豚肉と茄子の味噌炒め・ニラ玉・水菜のサラダ	・炊き込みご飯・みそ汁・カレーの煮付・胡瓜の酢の物・ハムとレタスのサラダ	・ご飯・みそ汁・白身魚のフライ・ナゲット(レタス添え)・たらこパスタ	・ご飯・みそ汁・海老マヨ(レタス添え)・ウインナーのケチャップ炒め・酢の物	・ご飯・豚汁・鯖の味噌煮・もずく酢の和え物・たくあん	・ご飯・みそ汁・マーボー豆腐・ワカメの佃煮・モヤシのサラダ・フルーツ