

グループホームアウル登別館 8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
朝						・ご飯・味噌汁・目玉焼き・イカ入りつくね・胡瓜のサラダ	・ご飯・みそ汁・モヤシのナムル・ウインナー炒め・漬物
昼						・冷やし蕎麦・豚汁・ポテトサラダ	・ご飯・みそ汁・ニラと鶏肉の玉子とじ・いんげんの胡麻和え・すいか
夕						・豚丼・みそ汁・心太・刺身蒟蒻	・冷やしラーメン・焼き鶏・ワカメスープ
	3	4	5	6	7	8	9
朝	・ご飯・みそ汁・煮物・心太・マカロニサラダ・梅干し	・ご飯・みそ汁・肉じゃが・鮭の塩焼・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・大根田芋・アスパラとベーコンの炒め物・煮豆・梅干し	・ご飯・みそ汁・目玉焼き・鮭の塩焼・心太	・ご飯・みそ汁・ハム入り玉子焼・ほうれん草とキノコのソテー・漬物	・ご飯・みそ汁・鯖の塩焼・スクランブルエッグ・お浸し・漬物	・ご飯・みそ汁・春菊の和え物・ほうれん草の玉子とじ・もずく酢
昼	・オムライス・みそ汁・春菊の胡麻和え	・そばご飯・みそ汁・餃子・サラダ	・ご飯・みそ汁・豚肉の生姜焼き・温野菜	・ワカメご飯・みそ汁・唐揚げ(鶏肉と長芋)・ズッキーニと人参のグラッセ・冷しゃぶサラダ・ぶどう・梨	・おにぎり(胡麻塩・すじこ)・煮込みかき揚げうどん・天ぷら(竹の子、カニカマ、ししとう、茄子)	・ご飯・みそ汁・煮物・ポテトサラダ・オクラの和え物	・握り寿司(サーモン、しめ鯖、マグロ)・厚焼き玉子・すり身のすまし汁・にしん漬
夕	・ご飯・みそ汁・チカとししとうの天ぷら・大根おろし・野菜炒め	・ちらし寿司・みそ汁・ホッケの煮付・野菜炒め	・いなり寿司・冷やし蕎麦・胡瓜の浅漬け・梨	・ご飯・みそ汁・刺身の盛り合わせ・南瓜煮・玉子豆腐	・カレーライス・みそ汁・グリーンサラダ・フルーツの盛り合わせ	・ご飯・味噌汁・赤魚の粕漬け・水菜のなめ茸和え・漬物・枝豆	・ご飯・みそ汁・焼き肉(キャベツ添え)・ほうれん草と竹輪の中華炒め
	10	11	12	13	14	15	16
朝	・ご飯・みそ汁・金平入りさつま揚げ・シューマイ・南瓜の煮物	・ご飯・みそ汁・ウインナー炒め・オクラの和え物・もずく酢	・ご飯・コーンスープ・鶏肉の炒め物(野菜添え)・ジャーマンポテト・ぶどう	・ご飯・みそ汁・ホッケの味醂漬け焼き・厚焼き玉子・アスパラのポイル・胡瓜の漬物	・ご飯・みそ汁・フキと竹の子の煮物・アボガドとウインナーの炒め物・天カマ	・ご飯・みそ汁・玉子焼・ハム・水菜と鯖の和え物・キムチ	・ご飯・みそ汁・鶏肉の照り焼き・シーザーサラダ・フルーチェ
昼	・ご飯・みそ汁・ナポリタン・ほうれん草のお浸し・パイ	・ご飯・みそ汁・ハンバーグ(野菜添え)・春雨の炒め物	・おにぎり・焼きそば・漬物・梨	・赤飯・みそ汁・チカの天ぷら・茄子の煮びたし・ひじきの煮物	・ご飯・みそ汁・鶏とゴボウの煮物・胡瓜のサラダ・スイカ	・かけ蕎麦・ゆかりご飯・クリームコロッケ・ししとう焼き・梨	・冷素麺・心太・トマト・温野菜
夕	・ご飯・水菜と水餃子のスープ・塩麴肉と野菜の炒め物・トマトのサラダ	・ご飯・みそ汁・めぬきの粕漬け焼き・豚肉とニンニクの芽の炒め物・胡瓜の浅漬け	・ご飯・みそ汁・かすべの煮付・チキンゲット・塩辛・心太	・ご飯・味噌汁・秋刀魚の塩焼・大根おろし・胡瓜の酢の物・梅干し	・ご飯・みそ汁・カレーの塩焼・餃子・水菜とカニカマのサラダ	・牛丼・みそ汁・マーボー茄子・モロキュウ	・ご飯・みそ汁・鯖の塩焼・鶏肉と大根の煮物・白菜の浅漬け
	17	18	19	20	21	22	23
朝	・ご飯・みそ汁・ハムとウインナーの炒め物・鯖の水煮・煮豆・サラダ	・ご飯・みそ汁・鯖の塩焼・マカロニサラダ・煮物	・ご飯・みそ汁・ウインナー・もやしの玉子とじ・天カマ焼き	・ご飯・すり身汁・鮭・玉子焼・塩辛・煮豆	・ご飯・みそ汁・糠秋刀魚焼き・煮物・胡瓜と白菜の浅漬け	・ご飯・みそ汁・さつま揚げ・ほうれん草と竹輪の中華炒め・胡瓜の漬物	・ご飯・みそ汁・煮物・心太・漬物・鯖の塩焼
昼	・ナポリタン・サーモンマリネ・ニラ玉スープ・梨	・ご飯・みそ汁・冷しゃぶ・温野菜サラダ・心太・梨	・うどん・煮物・漬物・フルーツ	・散らし寿司・みそ汁・煮物・ほうれん草のなめ茸掛け	・ご飯・みそ汁・チキンカツ・野菜炒め・マカロニサラダ	・ご飯・コンソメスープ・ビーフシチュー・ほうれん草とトマトのサラダ・キュウイ	・素麺・ザンギ・ハッシュドポテト・もやしのサラダ
夕	・ハヤシライス・コーンポタージュ・海老フライ・ポテト・キャベツと胡瓜の塩もみ	・ご飯・みそ汁・宗八の一夜干し・焼き茄子・紫蘇昆布	・カレーライス・みそ汁・餃子・南瓜煮	・ご飯・みそ汁・カレー焼き・心太・茄子の漬物・煮物	・ご飯・みそ汁・肉じゃが・長芋の酢の物・りんご	・舞茸ご飯・みそ汁・鶏肉の醤油焼・ブロッコリー・漬物	・昆布ご飯・つみれ汁・かすべの煮付・ほうれん草のお浸し・とうもろこし
	24	25	26	27	28	29	30
朝	・ご飯・みそ汁・納豆・目玉焼き・胡瓜の浅漬け・大根おろしなめ茸掛け	・ご飯・みそ汁・秋刀魚・出し巻き玉子・キムチ・煮物	・栗とさつま芋のご飯・すり身汁・照り焼き・煮豆・ブロッコリーのサラダ	・ご飯・みそ汁・玉子焼・天カマの胡麻油炒め・水菜とカニカマのサラダ	・ご飯・みそ汁・金平ゴボウ・スクランブルエッグ・マーボー豆腐	・ご飯・みそ汁・つぼ鯛・もやしとなめたけの和え物・ぬか漬	・ご飯・みそ汁・玉子焼・野菜の煮びたし・胡瓜の和え物
昼	・おにぎり・豚汁・胡瓜の酢の物・鮭	・焼きそば・みそ汁・シューマイ・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・豚肉の炒め物・南瓜煮・もずく	・うどん・おにぎり・白菜のお浸し・スイカ	・舞茸ご飯・みそ汁・銀ガレイ・小松菜の煮びたし・味噌漬・塩辛	・混ぜご飯・みそ汁・焼き茄子・キムチ・リンゴ・梨	・稲荷寿司・蕎麦・オクラの和え物・オレンジヨーグルト
夕	・ご飯・スープ・ハンバーグ・スパサラダ・梨	・鯖の漬け丼・シチュー・スイカ	・ご飯・みそ汁・ホッケ・金平ゴボウ・茄子のぬか漬	・ご飯・みそ汁・鱈の塩ダレ焼き・ガリパタチキン・トマト・アスパラのポイル	・ラーメン・チャーハン・餃子	・ご飯・みそ汁・刺身(マグロ・サーモン)・シチュー・茄子の味噌炒め	・ご飯・みそ汁・ホッケ焼き・ほうれん草のお浸し・さつま揚げ・ミニトマト
	31						
朝	・ご飯・みそ汁・ハンバーグ・目玉焼き・ポテトサラダ・杏仁豆腐						
昼	・おにぎり・焼きそば・豆腐スープ						
夕	・ご飯・みそ汁・しめ鯖・鶏大根・マーボー豆腐・胡瓜ととびっこの和え物						