

グループホームアウル 4月 献立表  
アウルⅡ

|   | 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・味噌汁・目玉焼き・ウインナー・ミニハンバーグ・ほうれん草ツナ和え・たらこ       | ご飯・味噌汁・玉子焼き・焼き魚・餃子・チーズチキンカツ             | ご飯・味噌汁・南瓜煮・キャベツ炒め・紅鯡焼き魚・急・ハムサラダ                    |
| 昼 |  |  |  |   | パンの盛り合わせ・スクランブルエッグ・ベーコン・スープ・フルーツ              | ご飯・味噌汁・焼うどん・里芋の煮物・胡麻味噌チキン揚げ             | カレーライス・ラーメンサラダ・フルーチェ・煮豆                            |
| 夕 |  |  |  |   | ご飯・味噌汁・豚肉もやし炒め・南瓜の煮物・インゲンの胡麻和え                | 海鮮丼・すいとん汁・トマト甘漬け                        | ご飯・味噌汁・煮込みハンバーグ・ハムと卵の炒め物・わかめと胡瓜の和え物                |
|   | 4  | 5                                      | 6  | 7                                       | 8   | 9                                       | 10   |
| 朝 | ご飯・味噌汁・チーズ入りスクランブルエッグ・天カマと芋の味噌煮・アメリカンドッグ・紅鯡焼き魚 | ご飯・味噌汁・目玉焼き・ほうれん草バター炒め・茄子の肉みそ炒め・ミートボール | ご飯・味噌汁・鶏モモ肉と大根煮卵・ウインナー野菜炒め・ホッケ厚焼き卵・ソーセージ | ご飯・味噌汁・ニラの卵とじ・コロケ・ミートボール・ソーセージの野菜炒め     | ご飯・味噌汁・玉子焼き・海老カツ・天カマとキャベツの炒め物・鶏肉の龍田焼き・タルタルソース | ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・ピーマンの肉爪・プチコロケ・目玉焼き         | 混ぜご飯・味噌汁・鶏モモ肉照り焼き・ウインナー・ピーマン炒め・おから和え・肉団子           |
| 昼 | ご飯・シチューコロケ・フルーツ                                | ご飯・酢豚・春雨サラダ・スクランブルエッグ                  | 天丼・ソーメン汁・ニラのとびっこ和え                       | キーマカレー・ポトフ・ほうれん草なめたけ和え・フルーツヨーグルト        | パンの盛り合わせ・スープ・ハム・スクランブルエッグ・パイナップル              | スパゲッティ・味噌汁・魚フライ・胡瓜のなめ茸和え                | ご飯・シチュー・コロケ・玉ねぎのポン酢和え・フルーチェ                        |
| 夕 | ご飯・味噌汁餃子・ニラの玉子とじ・ソース焼きそば                       | うな丼・味噌汁・煮豆・胡瓜、カニカマ鶏肉サラダ                | ご飯・味噌汁・鶏肉のガーリックバター炒め・ほうれん草の玉子和え・南瓜の煮物    | ご飯・味噌汁・タラの野菜甘酢あんかけ・もやしの玉子とじ             | ご飯・味噌汁・鮭のムニエル・ニラの玉子とじ・餃子                      | カレーライス・胡瓜、カニカマ、サラダ・南瓜甘煮・ベリーミックス苺付き      | ご飯・味噌汁・インゲンと玉子和え・茶碗蒸し・鱈フライ                         |
|   | 11   | 12                                     | 13                                       | 14                                      | 15  | 16                                      | 17   |
| 朝 | ご飯・味噌汁・ミニオムレツ・海老カツ・鯖みそ・南瓜の煮物                   | ご飯・味噌汁・玉子焼き・ジャーマンポテト・紅鯡焼き魚・とりつくね       | ご飯・味噌汁・肉豆腐・ホッケ焼き魚・ひじき煮・豚肉ピーマン炒め          | ご飯・味噌汁・玉子焼き・鯡焼き魚・コロケ・ソーセージ炒め            | ご飯・味噌汁・ホッケ焼き魚・サツマイモサラダ・お好み焼き風玉子焼き・天カマとささぎの煮物  | ご飯・味噌汁・鯖のみぞれ煮・目玉焼き・エビシユウマイ・茄子の肉味噌炒め     | ご飯・味噌汁・キャベツ炒めホワイトアスパラ・がんも煮物・さんま                    |
| 昼 | ご飯・海老餃子・ニラスープ・スパゲッティ・うま煮・フルーツ                  | ご飯・すまし汁・ハムカツ・大学芋・玉ねぎのポン酢和え             | ご飯・茄子のそぼろあんかけ・麻婆豆腐・ほうれん草とハムの卵とじ          | ご飯・すまし汁・煮込みハンバーグ・ラーメンサラダ・天カマとかぶの煮物・フルーツ | パンの盛り合わせ・ベーコンエッグ・スープ                          | ご飯・味噌汁・青椒肉絲・じゃが芋と舞茸炒め・かぶの煮物・フルーツ        | ちらし寿司・すまし汁・刺し身・野菜サラダ                               |
| 夕 | オムライス・味噌汁・茄子焼き味噌和え                             | ご飯・味噌汁・梅ささみカツ・冷しゃぶ・麻婆茄子                | ご飯・味噌汁・グラタンコロケ・ほうれん草なめ茸和え・鶏肉の煮物          | 鯖ちらし・お吸い物・海老カツ・茶碗蒸し                     | うな丼・味噌汁・南瓜煮・豚肉の白菜酒蒸し                          | エビ丼・味噌汁・南瓜煮・だし巻き卵                       | 醤油ラーメン・冷トマト  |
|   | 18   | 19                                     | 20                                       | 21                                      | 22  | 23                                      | 24   |
| 朝 | ご飯・味噌汁・カリカリベーコンポテトサラダ・鶏つくね・カニシユウマイ・ニラの玉子とじ     | ご飯・味噌汁・エビシユウマイ・玉子焼き・魚のフライ・胡麻南瓜コロケ      | ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・ほうれん草とベーコン炒め・ミートボール・春巻き     | ご飯・味噌汁・オムそば・フキの煮物・紅鯡焼き魚・ジャーマンポテト        | ご飯・味噌汁・ブロッコリー・胡麻和え・ミニオムレツ・鯖の味噌煮・たれ漬けつくね       | ご飯・味噌汁・かぶ、里芋あんかけ・茄子、ピーマンの味噌炒め・赤魚粕焼・ひじき煮 | ご飯・味噌汁・ミニオムレツ・ピーマンの肉詰め・ほうれん草のベーコンバター炒め・カレイのみりん漬け焼き |
| 昼 | カレーライス・青椒肉絲・たたき胡瓜・牛乳寒                          | ご飯・味噌汁・揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ・肉じゃが             | ご飯・味噌汁・麻婆茄子・大根と巾着の煮物・春雨サラダ               | ご飯・シチュー・南瓜コロケ・ほうれん草の玉子とじ・フルーチェ          | パン盛り合わせ・スープ・スクランブルエッグ・牛乳寒                     | ご飯・スープ・焼きそば・ほうれん草の白和え・胡瓜の酢の物            | エビピラフ・卵スープ・南瓜の煮物・コロケ・生酢・パイナップル                     |
| 夕 | ご飯・味噌汁・デミグラスハンバーグ・エビナゲット・ほうれん草なめたけ和え           | ご飯・味噌汁・豚肉の味噌ステーキ・ニラの玉子とじ・ラーメンサラダ       | エビ丼・お吸い物・おから・白菜のなめ茸和え                    | ご飯・味噌汁・アスパラベーコン炒め・胡瓜のなめ茸和え・ミニ餃子         | 生ちらし・味噌汁・茶碗蒸し・トマト                             | ご飯・味噌汁・ハンバーグ・ニラの玉子とじ・マカロニサラダ            | ご飯・豚汁・ポテトコロケ・胡瓜の塩昆布和え                              |
|   | 25   | 26                                     | 27                                       | 28                                      | 29  | 30                                      |  |
| 朝 | ご飯・味噌汁・チキングラタン・茄子焼き・タラの甘酢あんかけ・和風スクランブルエッグ      | ご飯・味噌汁・鶏肉の煮物・玉子焼き・鯖の焼き魚・椎茸バター炒め        | ご飯・味噌汁・オムレツ・クリームコロケ・卵の花・豚肉の生姜焼き          | ご飯・味噌汁・南瓜グラタン・玉子焼き・ホッケ焼き魚・鶏肉のシンチーズ焼き    | ご飯・味噌汁・エビグラタン・スクランブルエッグ・焼き魚・エビシユウマイ           | ご飯・味噌汁・目玉焼き・茄子の味噌炒め・ミートボール・クリームコロケ      |  |
| 昼 | 稲荷寿司・味噌汁・スパゲッティ・にら焼き・サラダ・フルーツ                  | カレーライス・大学芋・フルーチェ                       | 冷麦・フライドポテト・稲荷寿司・甘漬けトマト                   | ご飯・味噌汁・豚肉のレタス炒め・マカロニサラダ・オムレツ            | 海鮮丼   | 稲荷寿司・豚汁・キャベツと天カマの炒め物                    |  |
| 夕 | ご飯・味噌汁・マイタケの肉詰め・牛蒡の肉巻き・南瓜の煮物                   | ご飯・味噌汁・餃子・肉豆腐・クラゲサラダ                   | ご飯・味噌汁・肉野菜炒め・玉ねぎスープ・白菜と豆腐のトロトロ煮          | ご飯・味噌汁・麻婆茄子・ほうれん草梅肉和え・海老カツ              | ご飯・味噌汁・大根巾着煮・焼きそば・茶碗蒸し                        | 海老カレー・トマト・ハムサラダ                         |  |