	グループホームアウル登別館 山ユニット 9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
			<mark> </mark>	ご飯味噌汁	ご飯 コンソメスープ	ご飯 味噌汁
			ハムエッグ ごぼうサラダ	じゃがいもとちくわの煮物 マトウダイ塩だれ焼き	オムレツ ウインナーコーン炒め	さんまの梅煮 だし巻き玉子
				きゅうりのピクルス	水菜とツナのサラダ	トマトときゅうりの酢漬
			 ご飯 コーンスープ	 ご飯 味噌汁	 ご飯	ご飯 味噌汁
				鶏とトマトの煮込み	温そうめん	コロッケ
			大根のオイスター炒め かぼちゃの甘煮	ひじきの煮付け もやしのナムル	揚げ豆腐あんかけ キウイフルーツ	イタリアンサラダ 白滝のたらこ和え
			N I COS COS I M	0 (-00) 4,0		ベリーヨーグルト
			ご飯 味噌汁 根菜の煮物	ご飯 シャンタンスープ キャベツと天カマの煮物	ご飯 生姜ス一プ 鯖の味噌煮	ご飯 味噌汁 鶏の唐揚げ
			高野豆腐のすり身詰め	豚と茄子の甘酢あんかけ	シチュー	ポテトサラダ
			きゅうりと人参の浅漬け	さつま芋の甘煮	長芋ともずくの酢の物	ミニグラタンニラチジミ
5	6	7	8	9	10	11
節 すり身汁	ご飯味噌汁	ご飯 味噌汁	ご飯、味噌汁	ご飯味噌汁	ご飯 味噌汁	ご飯 味噌汁
フインナーと椎茸のソテー そんぴらゴボウ	メヌキの西京焼き フキと竹の子と鯖の味噌煮	ムツのみりん焼き 茄子と豚バラの生姜焼き	スクランブルエッグ ツナじゃが	鱈の西京焼き ほうれん草とベーコンの玉	ハムエッグ ミートボール	鶏の甘辛焼き 茄子のポン酢和え
見豆	ふかし芋	金時豆	キュウリとカニカマの和え物	子炒め	野菜サラダ	キウイヨーグルト
				フルーツ入りヨーグルト	めかぶ	
	ご飯 中華スープ	ご飯 味噌汁	 ご飯 味噌汁	チャーハン 味噌汁	 カレーライス 玉子スープ	ご飯 中華スープ
プルコギ	ハンバーグ	鶏の照り焼き	ホッケの塩焼き	茶巾蒸し	ザンギ	豆腐ハンバーグ
₹子焼き 、参サラダ	豆腐甘酢あんかけ ほうれん草とツナの和え物	ごぼうサラダ しめ鯖ともずくの和え物	野菜の玉子とじ 具だくさんナムル	海老餃子 ラフランス	レタスのサラダ みかん入りフルーチェ	豚としし唐の味炒め 人参サラダ
	יייייייייייייייייייייייייייייייייייייי					
	ご飯 ワカメスープ	ご飯 味噌汁	ご飯 クラムチャウダー	ご飯 鶏団子汁	ご飯 味噌汁	ご飯 ワカメスープ
- 飯 - 味噌汁 野菜炒め	カルビ焼き	もやしとニラの中華炒め	ナスと鶏のオイスター炒め	サーモンのソテー		鶏の玉子とじ
ヽも煮 まうれん草入り白和え	厚揚げとキャベツの煮物	カボチャの甘辛炒めごま掛け	厚揚げのネギかつお節和え	インゲンのニンニク炒め	ポテトサラダ	スパゲティナポリタン
、J1↓○▽早八ッロ和え	フルーツカクテル 	け 春巻き	リカログビマンコーフリン	ふろふき大根 白花豆	小松菜となめ茸和え 大根の漬物	生野菜サラダ
12	13	14	15	16	17	18
プロワッサン バターロール		ご飯 味噌汁	ご飯 味噌汁 焼売の生姜醤油炒め	ご飯 味噌汁 めぬきの西京焼き	ご飯 めかぶスープ ベーコンエッグ	ご飯 味噌汁
ιーンポタージュ ∃ 玉焼き		麻婆豆腐 塩鮭	焼売の生姜醤油炒め ニラと玉子炒め	のぬきの四京焼き フキと竹の子の煮物	ベーコンエック ジャーマンポテト	筑前煮 鯖の味噌煮
く菜サラダ	玉ねぎとワカメの酢の物	春雨サラダ	ハムとコーンのサラダ	茶花豆	トマトと小松菜のサラダ	ミートオムレツ
ソルーチェ						
゛飯 ポトフ		カツ丼 味噌汁	ゆかりご飯	ご飯 味噌汁	ご飯 玉子スープ	豆パン コーンスープ
F魚粕漬け 古子の煮びたし	鯖の塩焼き 豚とキャベツオイスター炒め	かぼちゃのチーズ焼き		鯖の竜田揚げ もやしのナムル	ホッケ塩焼き ミニハンバーグ	スパゲティミートソース
加丁の無いた	春菊のごま和え	1870 470 C O 9 (0) E F 0 7 193	椎茸と野菜の玉子とじ	かぼちゃのいとこ煮	ポテトサラダ	はかりいしにより点
			いちごヨーグルト		ミニトマト	
 .゛飯 シチュー	ご飯 味噌汁	 ご飯 味噌汁	五目御飯 味噌汁	 ご飯 シャンタンスープ	ご飯 味噌汁	ご飯 味噌汁
さ身チーズカツ	エビよせフライ ジャコとピーマンのごま油炒	サイコロステーキと白菜の	酢鶏 煮卵とインゲンの和え物	野菜入り揚げ豆腐	さんま塩焼き	プルコギ野菜炒め
豆腐サラダ ヾナナ		めんかけ インゲンと根菜の煮物	煮卵とインケンの和え物 マカロニサラダ	キャベツと天カマの煮物 きんぴらゴボウ	具だくさんおでん 玉子とカニカマのサラダ	野来炒め さつま芋とちくわの天
	レタスとキュウリのサラダ	キュウリとワカメの酢の物				キュウリの酢の物
10	00	0.1	00	00	0.4	05
19 : 飯 コンソメスープ	20	<mark>21</mark> ご飯 味噌汁	22 ご飯 味噌汁	23 ご飯 味噌汁	24 ご飯 味噌汁	25 ご飯 味噌汁
. 販・コンファスーフ !だくさん麻婆		こ		こ販 味噌汗 だし巻き玉子	こ既 味噌汁 塩ホッケ	こ販 味噌汁 豆のごった煮
らやしの玉子とじ	エビのクリーム煮	さつま芋のサラダ	レ一炒め	ウインナー炒め	エビシュウマイ	ブロッコリーとウイン
ールスローサラダ	さつま芋の甘露煮	もずくキュウリのレモン酢和 え	大根の煮物 カルボナーラ風スクランブ	キャベツと人参の千切り レンコンのきんぴら	レタスサラダ もずく酢	め サーモンのマリネ
			ルエッグ			
-ムライス 味噌汁]り干し大根の煮物	(敬老の日) から揚げ寿司弁当	ご飯 味噌汁 ヒレカツ キャベツ千切り	ご飯 味噌汁 鶏ときのこのトマト煮	クロワッサン シチュー 牛肉とネギの炒め物	カレーライス 味噌汁 かぼちゃサラダ	ご飯 味噌汁 鮭の味噌焼き
がナナヨーグルト	お吸い物	肉じゃが	茄子の味噌炒め	キャベツのカレー炒め	ミニトマト	冷やっこ
		山芋となめ茸和え	揚げ豆腐のあんかけ		煮豆	ほうれん草のごま和
	Ī					
					1_0AE =+ =43.1	ご飯 中華スープ
	ご飯 味噌汁	ご飯中華スープ	ご飯 てっぽう汁	ご飯 味噌汁	ご飯 味噌汁	
鳥の香味焼き	シーフード野菜あんかけ	ご飯 中華スープ カツとじ 湯豆腐	豚の生姜焼き	ご飯 味噌汁 めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー	に飯 味噌汁 鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮	ラタトゥイユ豚の甘辛炒め
引の香味焼き いきの煮物	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物	カツとじ	豚の生姜焼き	めぬきの西京焼き	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物	ラタトゥイユ
鳥の香味焼き Nじきの煮物	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ	カツとじ 湯豆腐	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー	鶏と玉ねぎのトマト煮	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
島の香味焼き Nじきの煮物 なめ茸の大根おろし和え	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
鳥の香味焼き Nじきの煮物 なめ茸の大根おろし和え 26	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物	カツとじ 湯豆腐	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 なめ茸の大根おろし和え 26 *飯 味噌汁 テャベツとさつま揚げ炒め	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つくね	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治部煮	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 はめ茸の大根おろし和え 26 「飯 味噌汁 テャベツとさつま揚げ炒め ペテトディップ	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つくね ごぼうサラダ	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治部煮 のり巻き玉子	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き 照り焼きミートボール	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 はめ茸の大根おろし和え 26 「飯 味噌汁 テャベツとさつま揚げ炒め ペテトディップ	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つくね	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治部煮	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 はめ茸の大根おろし和え 26 で飯 味噌汁 デャベツとさつま揚げ炒め パテトディップ フカロニサラダ	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つくね ごぼうサラダ 根菜の炒め物 みかんヨーグルト	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治部煮 のり巻き玉子 大根サラダ	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き 照り焼きミートボール 五目きんぴら	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
ご飯 味噌汁 デャベツとさつま揚げ炒め ポテトディップ アカロニサラダ E丼 味噌汁 アキとちくわの油炒め	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう ペペロンチーノ 豆パン コーンスープ	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つくね ごぼうサラダ 根菜の炒め物	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治部煮 のり巻き玉子 大根サラダ ご飯 シャンタンスープ	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き 照り焼きミートボール 五目きんぴら 天ぷらソバ ゆかりご飯	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 はめ茸の大根おろし和え 26 で飯 味噌汁 デャベツとさつま揚げ炒め パテトディップ アカロニサラダ	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう ペペロンチーノ 豆パン コーンスープ ポテトベーコンサラダ	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つごうサラダ 根菜の炒め物 みかんヨーグルト ご飯 味噌汁 さんま り豆腐	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治き玉子 大根サラダ ご飯 シャンタンスープ 肉団子のコンソメ煮 玉子巾着	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き 照り焼きミートボール 五目きんぴら 天ぷらソバ	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 はめ茸の大根おろし和え 26 ご飯 味噌汁 デャベツとさつま揚げ炒め ペテトディップ マカロニサラダ	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう ペペロンチーノ 豆パン コーンスープ ポテトベーコンサラダ	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 鶏つぐね ごぼうサラダ 根菜の炒め物 みかんヨーグルト ご飯 味噌汁 さんま塩焼き	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏の治き玉子 大根サラダ ご飯 シャンタンスープ 肉団子のコンソメ煮	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼き 照り焼きミートボール 五目きんぴら 天ぷらソバ ゆかりご飯	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き いじきの煮物 なめ茸の大根おろし和え 26 で飯 味噌汁 デャベツとさつま揚げ炒め パテトディップ アカロニサラダ ミ丼 味噌汁 アキとちくわの油炒め バナナフルーチェ	シーフード野菜あんかけキャベツとツナのサラダちくわの煮物キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁はんぺんと大根の煮物肉団子の野菜あんかけきんぴらごぼう ペペロンチーノ 豆パンコーンスープポテトベーコンサラダ	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 変 変 で飯 味噌汁 ごぼ菜ののサークがルト で飯 味噌汁 さんり見一 でした。 でした。 でした。 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏のり巻き玉子 大根サラダ ご飯 シャンタンスープ 肉団子巾着 海老餃子	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼きミートボール 五目きんぴら 天ぷらソバ ゆかりご飯 春雨と野菜のナムル	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
場の香味焼き Nじきの煮物 なめ茸の大根おろし和え 26	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう ペペロンチーノ 豆パン コーンスープ ポテトベーコンサラダ ご飯 味噌汁	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 28 ご飯 味噌汁 ごぼうのかがいた でした。 では、なりでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏のり巻き玉子 大根サラダ ご飯 シャンタンスープ 肉団子巾着 海老餃子	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜 スと根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉り焼きミートボール 五目きんぴら 天ぷらソバゆか雨と野菜のナムル ご飯 味噌汁	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め
の香味焼きいさきの煮物 なめ茸の大根おろし和え 26 26 窓 味噌汁 サーマン でかり	シーフード野菜あんかけ キャベツとツナのサラダ ちくわの煮物 キュウリの浅漬け 27 ご飯 味噌汁 はんぺんと大根の煮物 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう ペペロンチーノ 豆パン コーンスープ ポテトベーコンサラダ ご飯 味噌汁	カツとじ 湯豆腐 ポテトサラダ 変 変 で飯 味噌汁 ごぼ菜ののサークがルト で飯 味噌汁 さんり見一 でした。 でした。 でした。 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	豚の生姜焼き 竹の子の土佐煮 たくあん 29 ご飯 味噌汁 鶏のり巻きま子 大根サラダ ご飯 シャンタンスープ 肉団子中 でかる子の 下着 海老餃子 ご飯 味噌汁 カレーサラダ	めぬきの西京焼き 鶏チャーシュー 野菜天と根菜の煮物 30 ご飯 味噌汁 目玉焼きミートボール 五目きんぴら 天ぷらソバ ゆかりご飯 春雨と野菜のナムル	鶏と玉ねぎのトマト煮 さつま揚げとキャベツの煮 物 豆とレタスのサラダ	ラタトゥイユ 豚の甘辛炒め