

グループホームアウル 2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	4	5
朝			ご飯・味噌汁・フライドポテト・鮭のムニエル・ほうれん草ときのこのカツオ和え・タルタルソース	ご飯・味噌汁・南瓜煮・筑前煮・ニラの玉子とじ・ウィンナー炒め	ワカメ雑炊・味噌汁・シーフードグラタン・ホッケ焼き魚・胡麻南瓜・ポテトサラダ	ご飯・味噌汁・海老のすり身焼き・鯖の味噌煮・オムレツ・おふくろ煮	ご飯・味噌汁・目玉焼き・ベーコン・大根、がんも煮・シュウマイ・南瓜コロッケ
昼			かき揚げ丼・すまし汁・焼うどん・漬物	塩おむすび・ソーメン汁	パン盛り合わせ・ポタージュ・スクランブルエッグ・フルーツ	ご飯・味噌汁・入り豆腐・チーズ肉巻き・海老炒め・ヨーグルト	炒飯・すまし汁・にら焼き・漬物・フルーツ
夕			海鮮丼・すまし汁	ご飯・味噌汁・シュウマイ・かに玉風甘酢あんかけ	ご飯・味噌汁・海老カツ・肉味噌野菜・焼きそば	かき揚げ丼・うどん汁・フルーチェ・ハムカツ	豚丼・味噌汁・冷奴・漬物
	6	7	8	9	10	11	12
朝	ご飯・味噌汁・大根の炒め煮・だし巻き卵・大根おろし・ポークビッツ	ご飯・味噌汁・紅鮭焼き魚・鶏肉の生姜焼き・ポテトサラダ・グラタンコロッケ	ご飯・味噌汁・味付け豚肉・目玉焼き・鯖塩焼き・海老のすり身焼き	ご飯・味噌汁・紅鮭・南瓜煮・ポテトサラダ	ご飯・味噌汁・里芋の煮物・煮豆・コロッケ・焼ナス	ご飯・味噌汁・鶏つくね・さつま芋サラダ・紅鮭焼き魚・チーズ入りスクランブルエッグ	ご飯・味噌汁・南瓜煮・ニラの玉子とじ・かぶのひき肉あんかけ煮・シュウマイ
昼	ご飯・クラムチャウダー・マイタケとじゃが芋のコロッケ・炒め煮・フルーツ	ご飯・味噌汁・里芋揚げとカニカマ揚げ・ほうれん草の白和え・漬物	キーマカレー・コーンスープ・ポテトフライ・ヨーグルト	ご飯・スープカレー・果物	パン盛り合わせスクランブルエッグ・ポタージュ・フルーツ	ご飯・味噌汁・豚肉の生姜焼き・マイタケとじゃが芋炒め・サラダ・ヨーグルト	ご飯・シチュー・ポタージュ・フルーツ
夕	エビ丼・味噌汁・たくあん・アスパラサラダ	ご飯・味噌汁・チキンカツ・ニラとエノキのトピッと和え・麻婆豆腐	うなぎ・胡瓜のなめ茸和え・フルーツポンチ・すいとん汁	三色丼・カニ汁・漬物	ご飯・味噌汁・タラのバジルソース焼き・揚げだし豆腐・ハムの炒め物	握り寿司・お吸い物	天丼・味噌汁・漬物
	13	14	15	16	17	18	19
朝	ご飯・味噌汁・南瓜煮・シュウマイ・茄子のひき肉あんかけ・紅鮭焼き魚	ご飯・味噌汁・ホッケ焼き魚・ポテトミートグラタン・カニシュウマイ・玉子焼き	ご飯・味噌汁・コロッケ・ひじき煮・ソーセージ・おふくろ煮	お茶漬け・大根きんぴら・たらこ・煮豆・漬物	ごぼう飯・味噌汁・海老入り蒸し餃子・芋と天カマの味噌煮・宗八焼き魚・ほうれん草の炒め物	ご飯・味噌汁・紅鮭・煮豆・シュウマイ・ハムカツ	ご飯・味噌汁・目玉焼き・ホッケ焼き魚・煮物・シュウマイ
昼	カレーライス・フルーチェ	ご飯・すまし汁・お好み焼・ジャーマンポテト・漬物・フルーツ	ご飯・味噌汁・豚肉と茄子とピーマンの味噌炒め・ジャーマンポテト・長芋の梅和え・フルーツ	オムライス・味噌汁・肉団子鍋・春雨サラダ・セロリの醤油漬	パン盛り合わせ・ベーコン・ポタージュ・スクランブルエッグ	ご飯・味噌汁・白身フライ・がんも、椎茸、人参煮物・青椒肉絲・フルーチェ	ご飯・味噌汁・チキンナゲット・卵サラダ・フルーチェ
夕	サバてまり寿司・お吸い物・もやしの味噌炒め・トマト	エビ丼・味噌汁・豚バラ白菜・漬物	豚丼・味噌汁・揚げとほうれん草の炒め物・漬物	納豆チャーハン・味噌汁・うまき・海老カツ	スープカレー・煮豆	ご飯・味噌汁・ニラ玉・ハンバーグ・マカロニサラダ	ご飯・味噌汁・ホッケフライ・大学芋・エビチリ
	20	21	22	23	24	25	26
朝	ご飯・味噌汁・さんまの塩焼き・ウィンナー・ジャーマンポテト・和風スクランブルエッグ	ご飯・味噌汁・肉じゃが・煮卵・煮豆・漬物	ご飯・味噌汁・ウィンナー・南瓜煮・巾着煮・ブチコロッケ	ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・揚げ茄子・目玉焼き・シュウマイ	ご飯・味噌汁・ホッケ焼き魚・きんぴらごぼう・茄子と豚肉の味噌炒め・エビ蒸し餃子	ご飯・味噌汁・ミニハンバーグ・漬物・オムレツ・ネギと揚げの炒め物	ご飯・味噌汁・南瓜煮・がんも、大根煮・ウィンナー・煮豆
昼	稲荷寿司・どん兵衛そば・フルーツ	ご飯・すまし汁・春菊と人参の白和え・お好み焼・漬物・フルーチェ	中華丼・玉子スープ・フルーチェ	ご飯・味噌汁・枝豆がんもの含め煮・ホッケ焼き魚、大根おろし付き	パン盛り合わせ・スクランブルエッグ・ハム炒め・フルーチェ	おにぎり・味噌汁・にら焼き・ハムカツ・漬物	カレーライス・フルーチェ
夕	ご飯・味噌汁・チヂミ焼き・唐揚げ・ポテトサラダ	かつ丼・味噌汁・煮豆	海老の卵とじ・味噌汁・回鍋肉	お寿司・味噌汁	ご飯・味噌汁・焼肉・パイン、ウィンナー	ご飯・味噌汁・もつ鍋・漬物・エビグラタン	ご飯・味噌汁・タラフライ・トマト・さつま芋の天ぷら
	27	28					
朝	ご飯・味噌汁・和風スクランブルエッグ・鮭フライ・豚肉味噌炒め・カニカマと胡瓜の和え物	ご飯・味噌汁・クリームコロッケ・オムレツ・ミニハンバーグ・漬物					
昼	おにぎり・かき揚げうどん・フルーツ	親子丼・味噌汁・さつま芋の甘煮・フルーチェ					
夕	ご飯・味噌汁・ニラの玉子とじ・八宝菜・白和え	ご飯・クラムチャウダー・ほうれん草のガーリックソテー・フライドポテト					