

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
朝				ご飯・味噌汁・里芋の煮物・ひじき煮・白菜とツナの和え物	ご飯・味噌汁・コロケアラカルト・炒り卵・たくあん	ご飯・味噌汁・フキと竹の子の煮物・煮豆	ご飯・味噌汁・海老グラタン・南瓜コロケ・胡瓜の浅漬け
昼				天むす・ソーメン汁・がんもの煮物・コンポート	パン盛り合わせ・ベーコン・春雨スープ・ポテトサラダ	チラシ寿司・すまし汁・白和え・天ぷら・フルーツ	ご飯・味噌汁・コロケ・マカロニサラダ・トマト
夕				オムライス・玉葱とトマトスープ・ひじき煮・白和え	ご飯・味噌汁・シュウマイ・ピーマンの和え物・人参の和え物	ご飯・お吸い物・ザンギ・フライドポテト・胡瓜のサラダ	ご飯・味噌汁・酢豚・大学芋・豚肉と茄子のひき肉炒め
	5	6	7	8	9	10	11
朝	ご飯・味噌汁・煮物・マカロニサラダ・さつま芋煮	ご飯・味噌汁・野菜炒め・春雨サラダ・切り干し大根	ご飯・すりみ汁・枝豆入りスクランブルエッグ・コロケ・南瓜煮	ご飯・味噌汁・さんまの蒲焼き・トマトのマリネ・漬物	ご飯・味噌汁・ちくわの磯辺焼き・ホワイトアスパラ・じゃが芋の煮物	ご飯・味噌汁・ミニハンバーグ・炒り卵・たくあん	炊き込みご飯・味噌汁・目玉焼き・マカロニサラダ
昼	カレーライス・スープ	おむすび・ソーメン汁・コロケ・トマト・ひじきの白和え・りんご	カレーライス・マカロニサラダ	天むす・中華スープ・春雨サラダ・大学芋・枝豆・牛乳寒	パン盛り合わせ・クラムチャウダー・スクランブルエッグ・りんご	ご飯・味噌汁・中華丼・山芋のエノキ和え・ほうれん草の白和え	ご飯・味噌汁・ハンバーグ・和風スパゲッティ・ヨーグルトみかん
夕	ご飯・つみれ汁・春雨サラダ・鶏肉中華炒め	炒飯・味噌汁・唐揚げのあんかけ・浅漬け・ポテト	ご飯・味噌汁・がんもの煮物・南瓜煮・玉子焼き	ご飯・味噌汁・がんもの煮物・ほうれん草のなめ茸和え・もやしとハムのナムル・ニラ玉	ご飯・玉子スープ・カニカマサラダ・茄子と豚肉炒め	ご飯・シチュー・豆腐とひき肉のあんかけ・コーンと枝豆のバター炒め	ご飯・味噌汁・卵とじ・バナナ
	12	13	14	15	16	17	18
朝	ご飯・野菜スープ・胡瓜の酢の物・肉じゃが・玉子焼き	ご飯・キノコスープ・コロケ・茄子の煮びたし・煮豆	ご飯・味噌汁・ミニハンバーグ・南瓜饅頭・フキの煮物	ご飯・味噌汁・煮卵・エビシュウマイ・たくあん	ご飯・味噌汁・ベーコンエッグ・白菜の煮びたし・煮豆	ご飯・味噌汁・煮物・南瓜コロケ	ご飯・つみれ汁・スクランブルエッグ・がんもの煮物・大豆と野菜の煮物
昼	中華丼・心太・味噌汁・フルーチェ	エビフライ丼・味噌汁・りんご・大根おろしのなめ茸和え・ほうれん草のなめ茸和え	ご飯・味噌汁・肉団子・長芋の梅和え・大学芋・フルーツ	ご飯・味噌汁・コロケ2種・野菜入りオムレツ・サラダ・牛乳フルーツゼリー	パン盛り合わせ・シチュー・マカロニサラダ・トマトの甘漬け・魚肉ソーセージ焼き	ご飯・味噌汁・海老の卵とじ・茄子のそぼろ煮・ポテトサラダ	おむすび・ラーメン・コロケ・漬物・フルーツ
夕	ご飯・味噌汁・かに玉・焼肉	ご飯・鍋・桃	ご飯・野菜鍋	ご飯・味噌汁・酢豚・きんぴらごぼう・大学芋	ご飯・味噌汁・焼きそば・肉と野菜炒め	ご飯・味噌汁・カレーグラタン・鯖の味噌煮・大根とつみれのみぞれ煮・ほうれん草サラダ	炊き込みご飯・スープ・さつま芋煮・チキンナゲット
	19	20	21	22	23	24	25
朝	ご飯・味噌汁・ウインナー・シュウマイ・煮豆	ご飯・味噌汁・煮込みハンバーグ・煮豆・コロケ・漬物	ご飯・味噌汁・サバのみぞれ煮・ひじき煮・ラーメンサラダ	ご飯・味噌汁・南瓜煮・煮豆・カニクリームコロケ	ご飯・味噌汁・オムレツ・煮豆	ご飯・味噌汁・ニラの卵とじ・フキの煮物・煮豆	ご飯・味噌汁・ほうれん草のなめ茸和え・目玉焼き・煮豆
昼	天むす・ソーメン汁・筑前煮・りんご	チキンカレー・南瓜サラダ・味噌汁・フルーツ・味噌汁	ご飯・味噌汁・シュウマイの野菜あん・ほうれん草の胡麻和え・鶏肉のから揚げ・フルーチェ	ご飯・味噌汁・鶏肉と野菜の煮物・ニラとトビッコ和え・マイタケ天ぷら・納豆	パン盛り合わせ・ポトフ大根サラダ・豚肉と野菜の炒め物	おむすび・ラーメン・鶏肉の甘辛煮・煮物・りんご	カレーライス・スープ・フルーチェ
夕	ご飯・味噌汁・煮物・めかぶとろろ・ざんぎ	チャーハン・醤油ラーメン	ご飯・味噌汁・うなぎの薄焼き・きゅうりとわかめの酢の物・里芋と天かまの煮物	ご飯・味噌汁・野菜炒め・煮豆・煮物	ご飯・味噌汁・ジンギスカン・トマトのマリネ	ご飯・寄せ鍋・煮豆・桃	ご飯・味噌汁・餃子・野菜炒め・トマト焼き・焼き芋
	26	27	28				
朝	ご飯・味噌汁・サバ味噌煮・おおか昆布・目玉焼き	ご飯・味噌汁・豆腐ハンバーグ・マカロニサラダ・香の物	ご飯・味噌汁・チキンナゲット・マカロニサラダ・オムレツ・漬物				
昼	天丼・味噌汁・大学芋・漬物	ご飯・味噌汁・白身魚フライ・さつま芋サラダ・かに玉	お稲荷さん・味噌汁・肉じゃが・胡瓜とハムのサラダ・フルーチェ				
夕	ご飯・味噌汁・茄子のみそ炒め・ふきの煮物	ご飯・味噌汁・南瓜・肉野菜炒め・山芋のなめ茸和え	ご飯・味噌汁・水餃子スープ・野菜とパスタサラダ・香の物・卵と鶏肉				