

グループホームアウル登別館 山ユニット 4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
			1	2	3	4	5
朝			ご飯・とり汁 ホッケ焼き 卵焼き・ミートボール ごぼう煮	ご飯・みそ汁 納豆オクラ 目玉焼き ポテトサラダ	ご飯・みそ汁 玉子焼き フキと白滝の煮物 きゅうりのきゅうちゃん	ご飯・みそ汁 スクランブルエッグ 煮物 つけもの	ご飯・みそ汁 さば かぼちゃ煮 豆腐ハンバーグ
昼			梅おにぎり かしわうどん カボチャ煮 豆サラダ	ひじきご飯・みそ汁 ナスと鶏肉のおろし和え きんぴらごぼう みかんとパイ	ご飯 シチュー からあげ つけもの まめのサラダ	ご飯・みそ汁 揚げ物 煮物 マカロニサラダ	ご飯・みそ汁 さば チーズ餃子 きんぴらごぼう
夜			ご飯・みそ汁 野菜と肉団子のトマト煮 ほうれん草のツナ和え ごぼう漬	ご飯・みそ汁 酢豚 エビチリ スパゲティサラダ	あさりご飯・みそ汁 切り干し大根 豆腐ハンバーグおろしソース ほうれん草なめたけ和	カレーライス わかめスープ つけもの	ご飯・みそ汁 ビーフン コロケ バナナヨーグルト
	6	7	8	9	10	11	12
朝	ご飯・みそ汁 鮭 ほうれん草和え 切り干し大根	ご飯・みそ汁 たら粕漬け レンコンのきんぴら りんご	ご飯・みそ汁 玉子焼き 揚げ出し豆腐 きゅうりともずく酢の物	ご飯・みそ汁 ホッケ焼き きんぴらごぼう バナナ	ご飯・みそ汁 シュウマイ 目玉焼き にしんきりこみ	ご飯・みそ汁 鮭 ウインナーと卵炒め つけもの	ご飯・みそ汁 オムレツ 大根煮 つけもの
昼	ご飯・みそ汁 揚げ餃子 ポテトサラダ 大根とサバ缶煮	ご飯・みそ汁 鶏肉の玉子とじ ピーマンのツナ和え ポテトサラダ	おいなりさん うどん フルーツヨーグルト	梅おにぎり うどん ブルコギ 玉子豆腐	天丼 みそ汁	カレーライス わかめスープ キャベツとコーンサラダ パイともも	ご飯・みそ汁 肉じゃが ちくわとほうれん草の お浸し ヨーグルト
夜	ご飯・みそ汁 アスパラ肉巻き うの花 きゅうりの酢の物	ご飯・味噌汁 ビーフン つくね 春雨サラダ	ご飯・みそ汁 肉野菜炒め ナムル きんぴらごぼう	ご飯・みそ汁 アジフライ スパゲティサラダ つけもの	ご飯・そば 厚揚げとしめじ煮物 めかぶ	ご飯・みそ汁 焼きサバ 鶏肉ときゅうりのサラダ ブドウゼリー	ご飯・みそ汁 おでん キャベツの煮びたし シシャモの佃煮
	13	14	15	16	17	18	19
朝	ご飯・みそ汁 焼き魚 豆とツナサラダ つけもの	ご飯・みそ汁 えびカツ マカロニサラダ きゅうりとトマト酢の物	ご飯・みそ汁 赤魚 かぼちゃ煮 きゅうりとトマトサラダ	ご飯・みそ汁 焼きサバ 玉子焼き 海老シュウマイ ごぼうサラダ	ご飯・みそ汁 焼き鮭 ちくわと天カマ煮物 キャベツとベーコンパ ターソテー	ご飯・みそ汁 焼き魚 フキと天カマ煮 フルーチェ	ご飯・みそ汁 焼き鮭 里芋の煮物 大根のつけもの
昼	ごはん シチュー ごぼうサラダ 煮込みハンバーグ フルーチェ	ご飯・みそ汁 カボチャサラダ ほうれん草ツナ和え 鶏肉と大根煮	ご飯・みそ汁 玉子豆腐 すき焼き風 ほうれん草とちくわ和え	塩ラーメン 餃子 ポテトサラダ おにぎり	ご飯・みそ汁 シーフードあんかけ ハンバーグとマト煮 マカロニサラダ	カレーライス コーンスープ シュウマイ ほうれん草なめたけ和え	パン シチュー デミグラスハンバーグ ツナキャベツサラダ
夜	ご飯・みそ汁 ミックスフライ 揚げ茄子おろし和え ごぼうサラダ	ご飯 エノキスープ 豆腐ハンバーグ もずく酢の物	ご飯・みそ汁 アジフライ 煮物 ひじき煮	ご飯・みそ汁 鶏肉甘酢あんかけ フキと大根煮	ごはん 豚汁 フライ	カレーうどん ごはん きゅうりとツナ和え バナナヨーグルト	ご飯・みそ汁 ふきの煮物 肉野菜炒め 林檎入りフルーチェ
	20	21	22	23	24	25	26
朝	ご飯・みそ汁 スクランブルエッグ ミートボール ワカサギの佃煮 もずく酢の物	ご飯・みそ汁 玉子焼き マカロニサラダ 厚揚げあんかけ	ご飯・みそ汁 焼き魚 ほうれん草のなめたけ 和え ところてん	ご飯・みそ汁 和風野菜煮 麻婆春雨 カニカマサラダ	ご飯・みそ汁 カツとじ うの花 かぼちゃサラダ	ご飯・みそ汁 焼きホッケ オクラ納豆 もずく酢の物	ご飯・みそ汁 かぼちゃ煮 たらこ ふきの煮物
昼	ご飯・みそ汁 ささみカツ さつまいもとさつま揚げ 煮物 ピーマンお浸し	たけのこご飯 肉じゃが ふきの煮物 煮豆	ご飯 シチュー ポテトサラダ 餃子 みかん	海鮮天丼 みそ汁	ひじきご飯 中華サラダ ふきの煮物 ブルコギ みそ汁	カレーライス 福神漬け マカロニサラダ シュウマイ	ご飯・みそ汁 白身フライ 春雨サラダ 鶏肉の煮物
夜	ひじきご飯 豚汁 ミートボールチーズ焼 き ほうれん草ごま和え	ご飯・みそ汁 白身フライ エビフライ マカロニサラダ	ご飯・みそ汁 鶏肉と大根煮 ごぼうサラダ	ご飯・みそ汁 春雨サラダ こあえ ナスとにく炒め	ご飯・みそ汁 肉野菜炒め 厚揚げおろしソース きゅうりとわかめの酢 の物	ご飯・みそ汁 マカロニグラタン ナス煮びたし つけもの	ご飯・みそ汁 肉野菜炒め マカロニサラダ ナス油いため
	27	28	29	30			
朝	ご飯・みそ汁 焼き鮭 玉子焼き もずく酢の物	ご飯・みそ汁 焼きホッケ 揚げ出し豆腐 玉子サラダ	ご飯・みそ汁 焼きサバ たらこ和え 揚げ出し豆腐	ご飯・みそ汁 赤魚みりん焼き 玉子豆腐 切干大根			
昼	天ぷらうどん 鮭おにぎり ポテトサラダ	海鮮丼 お吸い物 ブルコギ つけもの	ご飯・みそ汁 酢とり たまごサラダ フキと天カマ煮物	ご飯・みそ汁 豆腐と白菜と鶏肉の煮 物 きゅうりとツナ和え フルーチェ			
夜	ご飯・みそ汁 肉野菜炒め レンコンきんぴら マカロニサラダ	ご飯 豚汁 大根とはんぺん煮物 玉子豆腐	ご飯・みそ汁 ブルコギ コールスローサラダ たたききゅうり	ご飯・みそ汁 チキンカツ玉子とじ つけもの			