

デイサービスセンター アウル 10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	
昼		ホッキご飯、味噌汁、厚焼き卵(レタス、トマト添え)、露の炒め煮	栗ご飯、味噌汁、たらのポイル蒸し(しめじ、玉ねぎ)きんぴらごぼう、かぼちゃのゴマ酢和え	3色丼、味噌汁、マカロニサラダ、ほうれん草のなめたけ和え、	ご飯、焼魚(さんま)大根おろし添え、煮しめ(蒟、人参、しいたけ、厚揚げ、大根)、ポテトサラダ、ほうれん草のお浸し、ぶどう	ご飯、味噌汁、鮭のフライ(レタス、トマト添え)、味噌田楽、白菜のお浸し、ぶどう	
おやつ		バナナ	リンゴ	無農薬すいか	無農薬すいか	無農薬すいか	
		8	9	10	11	12	
昼		ご飯、豚汁、焼魚(ホッケ、レタス、トマト添え)、厚揚げとキャベツの炒め煮、果物(巨峰)	ご飯、シチュー、煮魚(さんま)、三色浸し、山菜玉子豆腐、バナナ	ご飯、あさりの味噌汁、天ぷら(なす、ピーマン、南瓜、薩摩芋)焼き宗八、きんぴらごぼう、ブロックリー、レタスのサラダ	親子丼、味噌汁、マカロニサラダ、ほうれん草のお浸し、リンゴのコンポートヨーグルトかけ	ご飯、味噌汁(すりみ)、焼魚(さんま)レタス、ブロックリー添え、にらの卵とじ、南瓜の煮物、みかん	
おやつ		まんじゅう、お茶	ぶどう	ぶどう	ふかしさつまいも	かぼちゃのケーキ	
		15	16	17	18	19	
昼		五目釜飯、味噌汁、三色浸し、焼魚(鮭)、マカロニサラダ、バナナ	ホッキご飯、そうめん汁、厚焼き卵(レタス、ミニトマト添え)ほうれん草とえのきのボン酢和え、オレンジジュース寒天	ご飯、味噌汁、焼魚(ホッケ)大根おろし添え、ほうれん草とえのきのボン酢和え、筑前煮、みかん	ご飯、味噌汁、ハンバーグ(フライドポテト、人参のグラッセ、レタス、ミニトマト添え)、ひじきの炒め煮、柿	ご飯、鱈の三平汁、コロケ(レタス、ブロックリー、ミニトマト)、金平ごぼう、茄子の焼き浸し、きゅうりの酢物	
おやつ		まんじゅう、お茶	ロールカステラ	クリームパン	クリームパン	ようかん	
		22	23	24	25	26	
昼		にぎりすし(エビ、イカ、イクラ、トビッコ、サーモン、まぐろ)、天ぷらそば、茶碗蒸し、	カレーライス、ミモザサラダ(レタス、トマト添え)、フルーツ寒天、ぎょうざスープ	ご飯、かじか汁、豚肉の生姜焼き(キャベツ、ミニトマト添え)、大根と厚揚げの煮物、長いもの梅和え、ぶどう	ご飯、味噌汁、焼魚(ホッケ)大根おろし添え、なすのひき肉はさみ揚げ(レタス、ブロックリー、トマト添え)、マカロニサラダ	ご飯、味噌汁、豚肉のすき焼き、ほうれん草のなめたけ和え、山菜豆腐(トマト添え)、みかん	
おやつ		バームクーヘン	バームクーヘン	もなか、ルマンド	オレンジ寒天、もなか	バームクーヘン	
		29	30	31			
昼		ご飯、味噌汁、焼魚(宗八)八宝菜、ふるふき大根、柿	はらこ飯、シチュー、三色浸し、レタス、トマト、ハムのサラダ、柿	ご飯、味噌汁、焼魚(トラウト)、なすの田楽、ささぎと天かま、しらたきの炒め物、チャーシューのサラダ添え			
おやつ		人形焼き	一口もなか	おやき			