

デイサービスセンター アウル 3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
		3	4	5	6	7	
昼		散し寿司、すまし汁、煮しめ、杏仁豆腐、鶏もも肉の生姜焼き(レタス、トマト、ほうれん草の胡麻和え)	散し寿司、タラのムニエル(レタス、トマト、ポテトサラダ、にらの卵とじ添え)、すまし汁、フルーツポンチ	16穀ごはん、味噌汁、焼魚(ホッケ)大根おろし添え、肉じゃが、白菜とほうれん草のなめたけ和え、バナナ	お赤飯、澄まし汁、金平ゴボウ、鮭のホイル蒸し、フルーツの盛り合わせ	ご飯、味噌汁、焼魚(宗八)大根おろし、ほうれん草のなめたけ和え添え、天ぷら(茄子、ピーマン、さつま芋)、金平ごぼう、オレンジ	
おやつ		紅芋タルト	紅芋タルト	クリームパン	パースディケーキ	甘納豆、クッキー	
		10	11	12	13	14	
昼		山菜そば、いなり寿司、厚焼き卵(レタス、ポテトサラダ添え)、オレンジジュース寒天	ご飯、シチュー、焼魚(ホッケ)大根おろし添え、山菜玉子豆腐、ほうれん草と人参のお浸し、バナナ	オムライス、サラダ(レタス、トマト、キュウリ、ホワイアスパラ)、バナナ	ホッキご飯、そうめん汁、山菜の煮物、レタス、トマト、プロッコリー、厚焼き卵、フルーツあんみつ	ご飯、味噌汁、焼魚(ホッケ)ナスの田楽(レタス添え)、ほうれん草のなめたけ和え、バナナ	
おやつ		チョコパン、きな粉ねじり	むしばん	むしばん	バニラロアンヌ	ホットケーキ	
		17	18	19	20	21	
昼		海鮮バラ散し、澄まし汁、鶏もも肉の照り焼き(レタス、トマト添え)、煮しめ、フルーツあんみつ	ご飯、味噌汁、ヒレカツ(スパゲティ、レタス、トマト添え)、ひじきの煮物、ほうれん草とえのきのポン酢和え、オレンジ	ご飯、味噌汁、焼魚(ドラウト)大根おろし添え、レタス、トマト添え、白菜と人参のお浸し、豚肉のすき焼き、フルーツヨーグルト	ご飯、味噌汁、焼き魚(ホッケ)、ほうれん草の胡麻和え、親子煮、オレンジ	ご飯、味噌汁、タラのフライ(レタス、トマト添え)、マカロニサラダ、ほうれん草と白菜のお浸し、イチゴ	
おやつ		パースディケーキ	バニラロアンヌ、チョコレート	クッキー	マシュマロ	ミニどら焼き	
		25	26	27	28	29	
昼		ご飯、味噌汁、筑前煮、焼き魚(ホッケ)、ほうれん草のお浸し、オレンジ	五目うどん、いなり寿司、ポテトサラダ、卵焼き、レタス、ミニトマト添え、オレンジ寒天	海鮮バラ散し、天ぷら(さつま芋、なす、ピーマン)、そうめん汁、ほうれん草のお浸し、フルーツポンチ	ご飯、カジカ汁、豚肉の生姜焼き(キャベツ、ミニトマト、ピーマンのソテー添え)マカロニサラダ、オレンジ	カレーライス、野菜サラダ(レタス、アスパラ、トマト、キュウリ、ハム)、味噌汁、フルーツ寒天	
おやつ		エリーゼ	まんじゅう	羊羹カステラ	手作りたご焼き	どらやき	
		31					
昼		ご飯、カジカ汁、コロケ(レタス、千切りキャベツ、トマト、ピーマンのソテー添え)、ニラの卵とじ、長芋の梅和え、オレンジ					
おやつ		カステラ					