

グループホームアウル登別館 4月 献立表 海ユニット

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日
	1	2	3	4	5	6	7
朝	・ご飯・味噌汁 ・しゅうまいの中華あんかけ ・かぶの煮物 ・佃煮 ・バナナヨーグルト	・ご飯・なめこ汁 ・焼き魚(サーモン) ・山菜の煮物 ・松前漬・煮豆	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(鮭) ・ふきの煮物 ・とろろ・佃煮	・ご飯・味噌汁 ・肉団子の甘酢あんかけ ・焼き魚(ホッケ) ・うどの酢味噌和え	・ご飯・スープ ・オムレツデミソースがけ ・きゅうりと長芋の酢の物 ・たらこ・煮豆	・ご飯・味噌汁 ・ポロニアソーセージ ・目玉焼き・トマト ・とろろ・漬物	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(鮭) ・竹の子の酢味噌和え ・なすの煮物・佃煮
昼	・ごはん・けんちんうどん ・餃子 ・ほうれん草のおひたし	・三色丼・味噌汁 ・キャベツと天かまの炒め物 ・もずくときゅうりの和えもの	・焼きそば・中華スープ ・煮豆・フルーチェ	・あんかけ焼きそば ・餃子スープ ・人参のきんぴら ・大根のサラダ	・ご飯・味噌汁 ・肉じゃが ・長芋とわかめの和えもの ・青汁ヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・メンチカツ(キャベツ、トマト) ・水菜のポン酢和え ・ミカンヨーグルト	・ハヤシライス・春雨スープ ・かぼちゃサラダ ・フルーツヨーグルト
夕	・ご飯・中華スープ ・肉と豆腐のすき焼き ・もやしのナムル ・イチゴヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・八宝菜・しめサバ ・ふきと天かまの味噌煮 ・長いもサラダ	・ごはん・味噌汁 ・肉じゃが ・小松菜の白和え ・春雨サラダ	・チキンクリームシチュー ・ピラフ ・キャベツのサラダ ・バナナヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・煮魚(真かれい) ・大根のあんかけ ・きゅうりとカニカマの酢の物	・ご飯・おすいもの ・天かまとキャベツの卵とし ・ラーメンサラダ ・豆腐とカニカマの和えもの	・ご飯・中華スープ ・野菜炒め ・ミートボール ・煮豆
朝	・ご飯・餃子スープ ・ほうれん草とベーコンの炒め物 ・松前漬と豆腐の和えもの ・煮豆	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(糖さんま) ・ウィンナー・ふき金平 ・スクランブルエッグ	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(鮭の味噌漬け) ・金平ごぼう ・煮豆	・ご飯・味噌汁 ・チーズスクランブルエッグ ・ミニハンバーグ ・小松菜のなめたけ和え ・うどの酢味噌和え	・ご飯・コンソメスープ ・キャベツと豚肉の煮物 ・人参の金平 ・長芋の酢の物	・ご飯・味噌汁 ・筑前煮 ・マカロニサラダ ・ほうれん草のなめたけ和え	・ご飯・味噌汁 ・大根と天かまの煮物 ・ナスといんげんの炒め物 ・焼き魚(鮭)
昼	・親子丼・味噌汁 ・スパゲティ・ミモザサラダ ・わかめときゅうりの酢の物	・鮭わかめごはん・味噌汁 ・豚肉と玉ねぎの味噌炒め ・白菜の煮ひたし ・ラーメンサラダ	・ご飯・味噌汁 ・鱈フライ ・水菜サラダ・トマト ・ほうれん草の胡麻和え	・うどん ・きゅうりとハムのサラダ ・みかん	・チキンライス・味噌汁 ・キャベツのなめたけ和え ・卵豆腐	・山菜混ぜご飯・味噌汁 ・卵と春雨のサラダ ・人参と青菜の白和え	・ニラ雑炊・味噌汁 ・ふきの煮物 ・水菜の炒め物 ・じゃこの佃煮 ・バナナヨーグルト
夕	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(ピリ辛さんま) ・冷しゃぶサラダ ・ニラ卵	・ミートスパゲティ ・コンソメスープ ・きゅうりの酢の物 ・パイン	・ご飯・味噌汁 ・お刺身 ・肉じゃが ・きゅうりの漬物	・鶏丼・味噌汁 ・マーボー春雨 ・肉豆腐 ・大根と天かまの味噌煮	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(ホッケ) ・肉豆腐 ・ふきと天かまの煮物	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(ホッケ) ・チンジャオロース ・春雨の和えもの ・大根おろし	・ご飯・スープ ・マーボー豆腐 ・まぐろのマリネ ・豚肉のケチャップ炒め
朝	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(ホッケ) ・筍の煮物 ・ミートボール	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(鮭) ・肉団子と茄子の炒めもの ・大根のそぼろあんかけ ・昆布豆	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(赤魚西京) ・切干大根の煮物 ・春菊の胡麻和え ・杏仁豆腐	・ご飯・コンソメスープ ・シーフードとほうれん草の炒めもの ・ふきの煮物 ・煮豆	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(鮭) ・大学芋風さつまいも ・春菊とカニカマのサラダ	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(赤魚ネギ) ・ほうれん草なめたけ和え ・ふきの金平 ・スクランブルエッグ	・ひじきご飯・味噌汁 ・焼き魚(ホッケ) ・さつまいもサラダ ・山菜煮物
昼	・二色丼・味噌汁 ・ふきと竹の子の煮物 ・かぼちゃの煮物	・親子丼・野菜スープ ・なめこおろし大根 ・佃煮	・ご飯・シチュー ・豚肉と野菜の味噌炒め ・春菊とハムの和えもの ・かぼちゃの煮物 ・生クリームいちご	・ゆかりご飯・味噌汁 ・キョウザ ・筍の煮物 ・杏仁ヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・大根のそぼろあんかけ ・ふきと竹の子の酢味噌和え ・スパゲティ・サラダ	・牛丼・味噌汁 ・ポテトサラダ ・ひじきの煮物 ・煮豆	・ご飯・味噌汁 ・マカロニグラタン ・海老すり身のあんかけ ・煮 ・金平ごぼう
夕	・筍の混ぜご飯・味噌汁 ・スパゲティ・ナポリタン ・水菜とカニカマのサラダ	・ご飯・オニオンスープ ・大根と鶏肉の煮物 ・人参金平 ・バナナヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・鱈のフライ ・ふきと竹の子の煮物 ・ラーメンサラダ	・ご飯・豚汁 ・ほうれん草と肉団子の炒めもの ・がんもの京風煮 ・とろろ芋	・ひじきの炊き込みごはん ・味噌汁 ・サバのおろし煮 ・野菜とがんもの煮物 ・長芋とベーコンのガーリック炒め	・ご飯・味噌汁 ・ハンバーグ(人参のグロッセ、水菜添え) ・漬物	・ご飯・味噌汁
朝	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(ホッケ) ・ソーセージとピーマンの塩昆布炒め ・うどの味噌和え ・マーボー春雨	・ご飯・味噌汁 ・厚焼き玉子 ・大根おろし ・切干大根とほうれん草の胡麻和え ・フルーツヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(鮭西京付け) ・天かまのひじき炒め ・ピーマンおほか和え	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(ホッケ) ・大根の煮物 ・ツナと水菜のサラダ ・フルーツポンチ	・ご飯・味噌汁 ・焼き魚(赤魚) ・はんぺんと青菜の炒めもの ・じゃこ佃煮 ・ヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・ニラの卵焼き ・ハンバーグ ・なすの煮ひたし ・しそ昆布	・ご飯・味噌汁 ・肉団子と茄子の炒め物 ・南瓜のそぼろ煮 ・数の子 ・マカロニ
昼	・ご飯・コンソメスープ ・シーフードあんかけ焼きそば ・豆腐と水菜の和えもの ・もやしとツナのサラダ	・ご飯・味噌汁 ・メンチカツ ・水菜のサラダ ・長芋のマヨネーズ和え ・子持ち昆布	・ご飯 ・白老牛のすき焼き	・しそご飯・すり身スープ ・メンチカツ ・ミートスパゲティ ・春菊とカニカマのサラダ	・シーフードシチュー ・2種類のサンドイッチ ・フルーツヨーグルト	・ちらし寿司・おすいもの ・春菊胡麻和え ・ちくわのマヨ和え ・フルーツポンチ ・ケーキ	・納豆のそぼろ煮 ・味噌汁 ・インゲンの胡麻和え ・キャベツの豚肉の味噌炒め
夕	・親子丼・味噌汁 ・ふきと天かまの胡麻炒め ・エノキ茸とわかめのマヨネーズ和え	・ご飯・味噌汁 ・鮭の南蛮漬け ・ミートボールと小松菜の炒め物 ・春菊とわかめのマヨネーズ和え	・ご飯・味噌汁 ・うどんすき ・カニカマと水菜のサラダ ・白菜おひたし ・いちご	・ご飯・野菜スープ ・野菜炒め ・佃煮 ・りんごヨーグルト	・ご飯・味噌汁 ・揚げだし豆腐 ・筑前煮 ・ほうれん草のおひたし ・いちご	・ご飯・味噌汁 ・サーモンのお刺身(水菜添え) ・かぶのそぼろ煮 ・マカロニサラダ	・ご飯・味噌汁 ・篠田巻き ・ラーメンサラダ ・ひじきの和え物 ・りんご
朝	・ご飯・お吸い物 ・シーフードとキャベツのガーリック炒め ・大根とツナの煮物 ・こんにゃくと海藻のサラダ	・わかめご飯・味噌汁 ・焼き魚(糖さんま) ・ふきの炒めもの ・マカロニサラダ ・もずく酢					
昼	・粕そば ・野菜の天ぷら ・トマトと玉ねぎのマリネ	・ご飯・味噌汁 ・煮込みハンバーグ ・水菜サラダ ・ところてん					
夕	・ご飯・しゅうまいスープ ・焼き魚(鮭西京) ・天かまとふきの味噌煮 ・里芋の煮ころがし ・柿	・ご飯・味噌汁 ・若鶏のから揚げ ・水菜のおろしポン酢がけ ・インゲンとちくわの炒め煮					