

グループホームアウル登別館 平成21年4月 献立表 海ユニット

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝				・ご飯 ・コンソメスープ ・ニラと鶏肉の卵とじ ・ホウレン草のなめたけ和え ・べつたら漬け	・ご飯 ・味噌汁 ・卵焼き ・大根と挽肉のほっこり煮 ・ポテトサラダ ・イチゴ	・雑穀ご飯 ・味噌汁 ・焼き魚(サバ) ・高野豆腐 ・卵とじ	・ご飯 ・モヤシの中華スープ ・目めきの味噌煮 ・卵焼き ・松前漬け
昼				・ハヤシライス ・コンポタージュ ・南瓜サラダ ・オレンジ	・牛丼 ・潮汁 ・ポテトサラダ	・山菜炊き込みご飯 ・味噌汁 ・餃子とシューマイの天ぷら ・キャベツのしそ味サラダ	・ご飯 ・シウマイスープ ・豚肉と青梗菜の中華あんかけ ・もやしとわかめの和え物 ・フルーツポンチ
夕				・ご飯 ・味噌汁 ・焼き魚(宗八) ・白菜のホワイト煮 ・フルーチェ	・ご飯 ・ソーメン汁 ・うなぎの玉子汁 ・かすべの煮付け	・ご飯 ・肉団子汁 ・きんぴら ・鱈のムニエル ・豆腐のサラダ	・カレーライス ・コンソメスープ ・フルーツポンチ
	5	6	7	8	9	10	11
朝	・ご飯 ・中華スープ ・焼魚(鮭) ・茄子の煮びたし ・シウマイと唐揚げの炒め ・バナナヨーグルト	・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・きのこツナの三つ葉和え ・きゅうり、ハム、トマトのサラダ	・ご飯 ・シウマイスープ ・和風天津 ・ほうれん草の豆腐和え ・めかぶときゅうりの和え物	・ご飯 ・味噌汁 ・うなぎの卵とじ ・花咲きサラダ ・練の昆布巻き	・ご飯 ・味噌汁 ・ハムときのこの酒蒸し風 ・人参の金平 ・たらこスパゲティ ・トマトのめんつゆ漬け	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(鮭) ・ソーセージの炒めもの ・八宝菜 ・フルーチェ	・ご飯 ・もやし卵スープ ・鶏肉と大根の和風あんかけ ・ミートボールと茄子のチャップ炒め ・こんにゃくの酢味噌和え
昼	・ご飯 ・舞茸コンソメスープ ・焼きそば ・ほうれん草のしらす和え	・かき揚げ入りひやむぎ ・いなり寿司 ・フルーツヨーグルト	・ご飯 ・すまし汁 ・から揚げのケチャップ炒め ・おでん ・ポテトサラダ ・フルーチェ	・混ぜご飯 ・きのこのお吸物 ・肉と豆腐の中華あん ・茄子の煮びたし	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(秋刀魚) ・シウマイ ・トマトと青菜の和えもの ・中華くらげ	・ご飯 ・すまし汁 ・焼魚(鱈ほっけ) ・ひじきの煮物 ・舞茸のバター炒め	・ラーメン ・パン ・イチゴ、バナナ
夕	・親子丼 ・味噌汁 ・切干大根煮物 ・漬物	・ご飯 ・味噌汁 ・ほっけの煮付け ・大根と天かまの煮物 ・スパゲティサラダ ・冷奴	・ご飯 ・コンソメスープ ・もやしの中華炒め ・高野豆腐の卵とじ ・ハンパシージ風サラダ	・ご飯 ・すまし汁 ・鶏肉と野菜のマヨ炒め ・ブロッコリーとカニカマのどろろ煮 ・春菊の胡麻和え	・鮭漬け丼 ・団子汁 ・から揚げ肉じゃが ・きゅうりの酢のもの ・フルーチェ	・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉とごぼうの柔か煮 ・しめ鯖 ・くらげときゅうりの酢のもの ・蜜トマト	・ご飯 ・シチュー ・焼魚(秋刀魚) ・ナポリタン
	12	13	14	15	16	17	18
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉と大根の煮物 ・いかオクラ ・野沢菜漬け ・フルーツヨーグルト	・ご飯 ・中華スープ ・茄子の煮物 ・ニラの卵とじ ・きゅうりとくらげの和えもの	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(はらす) ・明太サラダ ・豆腐の野菜あんかけ ・だし巻き玉子	・ご飯 ・お吸物 ・サーモンの照り焼き ・たらもサラダ ・青梗菜の中華卵とじ	・ご飯 ・味噌汁 ・ハンバーグ ・南瓜コロッケ ・中華くらげ ・たらこ	・ご飯 ・味噌汁 ・目玉焼き ・新玉ねぎのマリネ ・ミートボール ・トマト	・ご飯 ・オニオンスープ ・秋刀魚の蒲焼 ・和風天津 ・ほうれん草と豆腐の和えもの
昼	・ご飯 ・味噌汁 ・連根のつくね焼 ・えのきとカニカマの和えもの ・金平ごぼう	・ナポリタン ・ご飯 ・中華スープ ・豆腐和えもの ・フルーツ	・お好み焼き ・フルーチェ	・オムライス ・味噌汁 ・レタスとハムのサラダ ・イチゴ	・豚肉の卵とじ丼 ・中華スープ ・わかめときゅうりの梅肉和え ・イチゴ、桃	・カレーライス ・たらこサラダ ・フルーツヨーグルト	・ご飯 ・ビーフシチュー ・ほうれん草のサラダ ・イチゴ、バナナの生クリームのみせ
夕	・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉と茄子の炒めもの ・きのこベーコンのソテー ・ラーメンサラダ	・ご飯 ・お吸物 ・ソーセージとピーマンのケチャップ炒め ・鶏肉とレタスのサラダ ・高野豆腐と人参の煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・春雨とシーフードの炒め物 ・ホッキサラダ ・枝豆入り卵焼き	・ご飯 お吸物 ・焼き魚(鮭) ・きゃべつと油揚げの煮物 ・白菜とカニカマの和え物	・ご飯 ・味噌汁 ・牛ヒレ肉のピカタ ・鱈の酒蒸し ・ポテトサラダ	・ご飯 ・中華スープ ・豚の生姜焼(キャベツ、トマト添え) ・ポテトサラダ	・ご飯 ・温そうめん ・大根と天かまの煮物 ・冷奴
	19	20	21	22	23	24	25
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(ほっけ) ・卵の炒め物 ・じゃが芋とシソ天かまの味噌バター煮	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(鮭) ・天津 ・きゅうりの酢の物 ・ポテトサラダ	・ご飯 ・中華スープ ・ミートボールとしめじのケチャップ炒め ・大根の味噌煮 ・煮豆	・ご飯 ・味噌汁 ・ハンバーグ ・スクランブルエッグ ・煮豆 ・フルーチェ	・ご飯 ・すまし汁 ・魚肉ソーセージの卵とじ ・大根と白菜の挽肉あんかけ ・水菜とトマトのマヨぼん ・サラダ ・イチゴ	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(赤魚醤油漬け) ・根菜の炒め物 ・煮豆 ・バナナヨーグルト	・ご飯 ・味噌汁 ・目玉焼き ・ふきと鱈の味噌煮 ・イチゴ
昼	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(鱈秋刀魚) ・長芋の煮物 ・ホワイトアスパラガスのサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・納豆入りかき揚げ ・サバ水煮ときゅうりの和えもの ・オレンジ	・野菜あんかけラーメン ・ご飯 ・高菜漬け ・オレンジ、イチゴ	・ご飯 ・中華スープ ・鶏肉のケチャップ炒め ・豚肉と大根の味噌煮 ・きゅうりとねぎの酢味噌和え	・ご飯 ・中華スープ ・人参とじゃが芋の肉巻き ・豆腐とほうれん草の和えもの ・ホワイトアスパラガス ・りんごのシロップ煮	・鶏マヨ丼 ・味噌汁 ・野菜とシーフードの中華炒め ・生酢 ・イチゴ	・わかめご飯 ・味噌汁 ・焼き魚(秋刀魚) ・大根おろし ・冷奴 ・ほうれん草のお浸し
夕	・ご飯 ・味噌汁 ・肉じゃが ・わかめサラダ ・イチゴ	・ご飯 ・味噌汁 ・茄子の味噌炒め ・ホタテのオクラ和え	・ご飯 ・ポトフ ・豚肉と茄子の甘辛炒め ・きゅうりとえのきのポン酢和え ・紅生姜の卵とじ	・雑穀ご飯 ・味噌汁 ・豚の生姜焼き(トマト添え) ・野菜と鱈の味噌煮 ・冷奴	・ご飯 ・あさりのお吸物 ・鱈の煮付け(ゆで卵付) ・ふきと鱈の煮物 ・白菜のお浸し	・筍ご飯 ・シウマイ ・スープ ・ペンネのトマト炒め	・ご飯 ・味噌汁 ・肉じゃが ・南瓜の煮物 ・野菜サラダ
	26	27	28	29	30		
朝	・ご飯 ・モヤシスープ ・魚介の天津 ・焼き魚(赤魚) ・リンゴヨーグルト	・ご飯 ・味噌汁 ・焼き魚(鱈めぬき) ・温サラダ ・茹で卵 ・煮豆	・ご飯 ・味噌汁 ・魚肉ハンバーグ ・鮭のパターンムニエル ・牛肉の卵とじ	・ご飯 ・味噌汁 ・焼き魚(鮭) ・卵焼き ・赤ウインナーのソテー ・茄子の煮物	・ご飯 ・コンソメスープ ・山菜の柔らかか煮 ・スクランブルエッグ ・きゅうりのふじっこ和え		
昼	・ご飯 ・中華スープ ・八宝菜 ・コロッケ ・焼き魚(ほっけ)	・ちらし寿司 ・お吸物 ・から揚げ ・ポテトサラダ ・ナポリタン ・漬物 ・煮豆 ・蜜豆	・ご飯 ・中華スープ ・きのこのチーズ和え物 ・豚肉のネギ塩焼き ・バナナヨーグルト ・きゅうりのツナマヨ	・ご飯 ・三平汁 ・オムレツ ・キャベツ・きゅうりのサラダ ・湯葉と山菜の煮物	・冷やしラーメン ・ご飯 ・ふきと山菜の煮物		
夕	・ご飯 ・味噌汁 ・茄子と挽肉の詰め物 ・海鮮炒め ・春雨サラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・チンゲン菜と挽肉の卵とじ ・きゅうりの和え物 ・白滝いりきんぴら	・カレーライス ・水菜サラダ ・フルーツ盛り合わせ	・ご飯 ・そば ・ふきの白みそ和え ・焼き厚揚げ ・たらもサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・モヤシとピーマンの塩炒め ・目めきのかす漬け		