

グループホームアウル登別館 平成23年5月 献立表 海ユニット

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・大根のサラダ ・ソーセージハンバーグ ・スクランブルエッグ	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(ひり辛秋刀魚) ・ホッキサラダ ・フキの煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・切干大根 ・たらこ ・ほうれん草のバター炒め ・煮豆	・ご飯 ・味噌汁 ・さつま芋と天かまの煮物 ・茄子の炒め物 ・キムチ ・野菜の浅漬け	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(サバ) ・きゅうりの漬物 ・にらの卵とじ ・なめ茸	・ご飯 ・味噌汁 ・麻婆春雨 ・焼魚(鮭) ・玉子焼き ・きゅうりの漬物	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(サーモンハラス) ・小松菜の桜エビの炒め物 ・れんこんの煮物
昼	・ご飯 ・味噌汁 ・チャーシュー ・お刺身 ・豚肉とおひたし ・鶏肉とふきの煮物 ・キウイフルーツ	・ご飯 ・味噌汁 ・ジャーマンポテト ・椎茸のバター焼き ・野菜サラダ ・バナナヨーグルト	・牛丼 ・味噌汁 ・ジャージャー麺 ・筑前煮	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(秋刀魚) ・椎茸のバターソース ・もやしの玉子とじ	・ご飯 ・味噌汁 ・肉じゃが ・とろろ芋 ・キウイフルーツ	・ご飯 ・味噌汁 ・卵入り巾着の煮物 ・レタスとベーコンの煮物 ・焼魚(ほっけ)	・赤飯 ・味噌汁 ・から揚げ ・スィカ ・キャベツの千切り ・スパゲティ
夕	・ご飯 ・すいとん ・お刺身 ・浅漬け ・鶏のから揚げ ・大根サラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・茄子とちくわの天ぷら ・きゅうりのサラダ ・練の切り込み	・ご飯 ・味噌汁 ・ポテトサラダ ・鱈の西京焼き ・きゅうりの酢の物	・ご飯 ・味噌汁 ・ハンバーグ ・茄子と肉の炒め物 ・中華風ミートボール	・ご飯 ・クリームシチュー ・コロケ ・キャベツとカニカマのサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・おの天ぷら ・キャベツの千切り ・しらたきと山菜に煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉のしょうが焼き ・レタスのサラダ
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(白身の西京漬け) ・筑前煮 ・ところ天	・ご飯 ・味噌汁 ・だし巻き卵 ・茄子と豚肉の味噌煮 ・ほうれん草のなめこ和え	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(銀かれい) ・ウインナー ・レタス ・昆布の白和え ・たくあん	・ご飯 ・味噌汁 ・ハンバーグ ・スクランブルエッグ ・キャベツのコールスロー	・ご飯 ・味噌汁 ・ふきの煮物 ・長芋の梅和え ・豚肉と白菜の酒蒸し	・ご飯 ・味噌汁 ・大根の煮物 ・さばの煮付け ・りんご	・ご飯 ・味噌汁 ・麻婆春雨 ・冷奴 ・野菜の温サラダ
昼	・ご飯 ・味噌汁 ・ヒレカツ キャベツの千切り ・ほうれん草のおひたし ・南瓜の煮物 ・きゅうりの酢の物	・おにぎり ・ハムのスープ ・焼きそば ・フルーツカクテル	・焼きうどん ・いなり寿司 ・漬物	・おにぎり ・豚肉 ・里芋の煮物	・生寿司 ・すまし汁	・フレンチトースト ・野菜スープ ・マカロニサラダ	・ミートスパゲティ ・野菜サラダ ・クリームスープ
夕	・ご飯 ・味噌汁 ・ジンギスカン ・野菜炒め ・ひじきの煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・ブリの照り焼き ・肉じゃが ・きのこのおろし和え	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(油子の粕漬け) ・切干大根 ・レタスのサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・いかリング ・おから ・ほっさく ・水菜のサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・ブリの照り焼き ・ちくわのサラダ ・にらの卵とじ	・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉のしょうが焼き ・ナポリタン ・もやしの炒め物	・ご飯 ・味噌汁 ・味噌おでん ・焼魚(ほっけの味噌漬け) ・冷奴 ・きんぴらごぼう ・茄子の漬物
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・あじの照り焼き ・ちくわのツナマヨ和え ・里芋と天かまのそぼろ煮 ・煮豆	・ご飯 ・味噌汁 ・目玉焼き ・ウインナー ・南瓜のサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・目玉焼き ・大根と人参のサラダ ・バナナヨーグルト	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(宗八) ・きゅうりの酢の物	・ご飯 ・味噌汁 ・大根のきんぴら ・ほうれん草の胡麻和え ・ミートボールの野菜炒め	・ご飯 ・味噌汁 ・揚げ茄子 ・にんじんの漬物 ・サンマの蒲焼	・ご飯 ・味噌汁 ・卵焼き ・里芋の煮物 ・さわらの西京漬け
昼	・ご飯 ・味噌汁 ・ハンバーグ ・ポテトサラダ ・きゅうりの酢の物	・ご飯 ・味噌汁 ・エビフライ ・焼魚(鮭) ・里芋の煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・ジンギスカン ・野菜 ・フルーツ	・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の炒め物 ・きゅうりのサラダ ・漬物	・キムチチャーハン ・味噌汁 ・もやしの中華サラダ ・かぶの漬物	・ご飯 ・味噌汁 ・鮭のムニエル ・豆腐の炒り煮 ・大学いも	・カレーライス ・中華スープ ・キャベツ、トマトのサラダ
夕	・ご飯 ・味噌汁 ・ちかの唐揚げ ・三つ葉ときのこの和え物 ・漬物 ・大根の煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・冷しゃぶサラダ ・茄子の味噌炒め ・トマトのサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(糠秋刀魚) ・鶏ももの照り焼き ・さつま芋の煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(ほっけ) ・さつま揚げの煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・野菜サラダ ・豆腐のミートローフ ・コロケ ・チキンステック	・ご飯 ・味噌汁 ・タラの塩焼き ・人参とあけの煮物 ・ポテトサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・ハムカツ ・レタスとトマトの付け合わせ ・アスパラのフライ
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・目玉焼き ・レタスとトマトの付け合わせ ・ポテトサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・サバの照り焼き ・きゅうりの酢の物 ・ゼンマイの煮物 ・海鮮サラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・ふきの煮物 ・ほうれん草と白菜の塩和え ・照り焼きハンバーグ	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(ほっけ) ・野菜炒め ・漬物 ・大根の煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・サバの味噌焼き ・野菜炒め ・茄子の炒め物 ・南瓜のそぼろあんかけ	・ご飯 ・味噌汁 ・オムレツ ・ポテトサラダ ・白菜の漬物 ・ほうれん草のなめたけ和え	・ご飯 ・味噌汁 ・大根の煮付け ・焼魚(鮭) ・フルーチェ
昼	・海老重 ・オレンジ	・ご飯 ・味噌汁 ・豆腐のふわふわ焼き ・白身の味噌焼き ・大根の煮物 ・キウイフルーツ	・ご飯 ・味噌汁 ・酢豚 ・シーザーサラダ ・オレンジ	・お好み焼き ・ゼリー ・ゴールデンキウイ	・サンドイッチ ・いなり寿司 ・シチュー ・フルーツポンチ	・オムライス ・三平汁 ・ぜんまいの煮物 ・野菜サラダ	・おにぎり ・かけうどん ・ひじきの煮物 ・りんご
夕	・ご飯 ・味噌汁 ・焼魚(ほっけ) ・わかめの酢味噌和え ・ふきの煮物 ・ソーゼンのサラダ	・ご飯 ・豚汁 ・ホッペの醤油焼き ・ちくわとカニカマのマヨ和え ・アスパラベーコン焼き ・野菜サラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・しゅうまい ・レタスのサラダ ・れんこんの煮物	・ご飯 ・わかめスープ ・ハンバーグ ・ほうれん草の胡麻和え ・スパサラダ ・イカの酢味噌和え	・ご飯 ・中華スープ ・大学芋 ・ふきの煮物 ・焼魚(そい醤油漬け)	・ご飯 ・味噌汁 ・サイコロステーキ ・きのこの炒め物 ・レタスのサラダ	・親子丼 ・味噌汁 ・じゃが芋とハムのサラダ
朝	・ご飯 ・味噌汁 ・麻婆春雨 ・豆腐のあんかけ ・白身魚の味噌漬け	・ご飯 ・味噌汁 ・ひじきの煮物 ・にらの卵とじ ・水菜と胡麻のサラダ	・ご飯 ・味噌汁 ・しゅうまい ・里芋の煮物 ・焼魚(糠さんま)				
昼	・ご飯 ・中華スープ ・ポークチャップ ・南瓜の塩ゆで ・ヨーグルトの寒天	・ラーメン ・夏みかん	・ご飯 ・味噌汁 ・鮭のバター焼き ・きゅうりのサラダ ・肉じゃが ・キウイ				
	・ご飯 ・味噌汁 ・ホッキフライ ・ほうれん草のなめ茸和え ・大根といかの煮物	・ご飯 ・味噌汁 ・タラのムニエル ・レタスの付け合わせ ・わかめの酢の物	・ご飯 ・目めきのあら煮 ・茄子と天かまの炒め物 ・きゅうりとオーツクの和え物				