

グループホームアウル登別館 平成24年7月 献立表 山ユニット

	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	6	7
朝	・ご飯・みそ汁・卵焼き・ロールキャベツ・刺身こんにやく・さんま蒲焼き	・ご飯・みそ汁・大根煮物・春雨サラダ・煮豆	・ご飯・みそ汁・豚角煮・煮たまご・ぜんまいいり煮・温やさいのマヨネーズ	・ご飯・みそ汁・いり卵・焼き魚・漬物・フルーツ	・ご飯・みそ汁・鮭照り焼き・ほうれん草と舞茸炒め・にらと人参のカラ味噌炒め	・ご飯・みそ汁・サバ・卵焼き・ペンネとナスのチーズ炒め・ヨーグルトパイン	・ご飯・みそ汁・納豆・野菜の卵とし・キュウリの和えもの・フルーツヨーグルト
昼	・ご飯・みそ汁・卵焼き・ロールキャベツ・刺身こんにやく・さんま蒲焼き・夕張メロン	誕生日メニュー・ちらし寿司・天ぷらそば・茶わん蒸し・温そーめん	・ナポリタン・かぼちゃサラダ・ポタージュ・フルーツヨーグルト	・ご飯・みそ汁・豚肉の甘辛煮・タンスモーク・厚あげとササゲの胡麻風煮・スイカ	・ご飯・みそ汁・野沢菜さんまい・油林鶏・トマト・フルーツ	・冷やしラーメン・ひじきの炒め煮・フルーツポンチ・とうもろこし	・彩ひやむぎ・ふきときのこの和えもの・きゅうりとカニカマの酢の物
夕	・ご飯・オニオンスープ・若鶏の照り焼き・牛たんサラダ・ほうれん草」とカニカマのにごり	・ひじきご飯・みそ汁・きゅうりと酢たこ酢物・かすぺ煮付・ふき金平	・白身魚のあんかけ・ご飯・みそ汁・バンバンジー・ナスとチンゲン菜のみそ炒め	・ご飯・みそ汁・酢豚・モヤシにらのナムル・ブロッコリーとアスパラのミモザサラダ	・ご飯・みそ汁・いかリング・白身魚のフライ・卵とうふ・水菜ドレッシング	・ご飯・ポタージュ・ハンバーグ・グラッセ・温野菜・トマト	・ご飯・みそ汁・手つくりコロケ・野菜添え・イカサラダ・佃煮
	8	9	10	11	12	13	14
朝	・ご飯・みそ汁・たこのカルパッチョ・白身魚・アスパラ肉巻き	・ご飯・みそ汁・スクランブルエッグ・シーフード炒め・ジャーマンポテト	・ご飯・みそ汁・塩ほっけ・モヤシとし・ポイルソーセイジとアスパラ	・ご飯・みそ汁・ほうれん草の卵焼き・キムチ・アスパラとベーコン炒め・お浸し	・ご飯・みそ汁・鮭・ミートボール・もずく酢・野菜サラダ	・ご飯・みそ汁・ピーマン肉詰め・にら卵・漬物・モモ	・ご飯・みそ汁・ハムエッグ・ポテトサラダ・ブロッコリーのピーナツ炒め・トマト
昼	・カレーライス・舞茸スープ・ほうれん草なめたけ和え・モモヨーグルト	・パエリア・みそ汁・水菜とキムチのサラダ・たくあん・杏仁豆腐	・冷やしうどん・高野豆腐と厚揚げ竹の子の含め煮・メロン・さくらんぼ・きゅうりの麴漬け	・2色丼・みそ汁・豆腐のエビあんかけ・ソーセイジとポテトのサラダ・漬物	・山菜おろしそば・いなり寿司・南瓜煮・ひじき入り煮・漬物おほか和え	・彩冷やしラーメン・切干大根の煮物・キュウリ酢のもの・ナシさくらんぼ	・エビフライカレー・みそ汁・サラダ盛り合わせ
夕	・ご飯・みそ汁・豚生姜焼き・きゅうりとツナのポン酢和え・洋なしフルーツ	・ご飯・みそ汁・玉葱串カツ・おくらベーコン天あんかけ・棒棒鶏サラダ・ところてん	・ご飯・お吸い物・煮込みハンバーグ・ポイルキャベツ・チンゲン菜と人参の味噌炒め	・ご飯・みそ汁・かすべ煮・酢のもの・厚揚げ田楽	・ご飯・みそ汁・ほっけフライ・野菜添え・肉じゃが・白菜ナメタケ和え	・ご飯・みそ汁・チキン南蛮・マカロニサラダ・ふきと里芋の煮物	・ご飯・みそ汁・豚しゃぶ野菜添え・うに海鮮・ナスの煮物・漬物
	15	16	17	18	19	20	21
朝	・ご飯・みそ汁・ウインナーと野菜の炒め・ハムキュウリ和え	・ご飯・目玉焼き・ハム・松前漬け・ひじきと豆サラダ	・ご飯・みそ汁・鮭味醂焼き・大学芋・モヤシ炒め・マンゴーフルーツ	・ご飯・みそ汁・目玉焼き・天カマと揚げの煮物・漬物	・ご飯・みそ汁・ミートボール・かんろ煮・ポテトサラダ・煮豆	・ご飯・みそ汁・豚しゃぶ・白菜のお浸し・つぶ雲丹の和え物・ホーレンソウと卵炒め	・ご飯・みそ汁・焼き魚・とろろ芋・ふきの煮物・ヨーグルトバナナ
昼	・ご飯・ポトフ・ところ天・ホッキサラダ・トウキビ	・ちらし寿司・みそ汁・ベーコンと大根の煮物・牛蒡サラダ・冷水トマト	・親子丼・みそ汁・大根の煮物・ところ天	・ご飯・みそ汁・サバ味噌煮・アスパラのベーコン炒め・水菜とハムのマヨネーズ和え・水餃子	・ご飯・みそ汁・生姜焼き・ふきのきんぴら・キュウリ酢のもの	・ご飯・みそ汁・鶏スペアリブの煮物・漬物・水菜からし和え・ウインナーロール炒め	・ウインナーカレー・みそ汁・金平ゴボウ・ミカン
夕	・ご飯・みそ汁・鶏肉にソースあんかけ・揚げだし豆腐・長芋酢のもの	・ご飯・みそ汁・ほうれん草なめたけ和え・カブの中華あんかけ・長芋胡麻サラダ	・ご飯・みそ汁・サンマの梅煮・キュウリとワカメも酢のもの・春巻きとレタスアスパラのサラダフルーツ	・ご飯・すり身汁・エビちり・ささげとちくわぶの煮物・春雨ポン酢和え	・ご飯・みそ汁・サイコロステーキ・大根のやわらか煮・シーチキンサラダ	・ご飯・みそ汁・ジンギスカン・ほうれん草のお浸し・牛蒡サラダ・ハムトマト	・ご飯・つみれ汁・クリームコロケ・キャベツ添え・肉じゃが・天カマ炒め煮
	22	23	24	25	26	27	28
朝	・ご飯・みそ汁・いか刺し・サーモン刺し・筑前煮・野菜サラダ	・ご飯・みそ汁・ほっけ焼き・卵焼き・煮豆・漬物	・ご飯・みそ汁・豚と玉葱の味噌炒め・マカロニサラダ・煮豆・トマト	・ご飯・みそ汁・ミートボール・ポテトサラダ・目玉焼き	・ご飯・みそ汁・サバ西京焼き・キュウリとツナのサラダ・小松菜と油揚げの煮びたし	・ご飯・みそ汁・スクランブルエッグ・ゆず春雨・水菜とシーチキンサラダ	・ご飯・みそ汁・練菜の花漬け・卵とうふ・納豆・サラダ
昼	・冷やしラーメンごま風味・揚げだし豆腐・マンゴー入りヨーグルト	・ご飯・そーめん入りスープ・肉じゃが・きゅうり酢のもの・きんぴらごぼう・パインさくらんぼ	・ご飯・ジャガイモスープ・サイコロステーキ・餃子春巻き・野菜添え	・ご飯・みそ汁・豚チーズ焼き・キャベツ・トマト・筑前煮・朝漬け	・冷やし天ざるうどん・温泉卵・かぼちゃクリームサラダ	・冷やし中華・酢豚風肉ロール・ふきときのこの和え物・ぶどう	・カレーライス・ところ天・ポテトサラダ・卵スープ
夕	・ご飯・みそ汁・いか大根・ブロッコリー・かぼちゃサラダ・しらすおろし	・ご飯・みそ汁・チャンチャンオイル焼き・ささげとちくわのサラダ・ほうれん草お浸し	・ご飯・みそ汁・カツ丼風煮・南瓜煮・金平ゴボウ・リンゴさくらんぼ	・ご飯・すり身汁・ほっけ焼き・素揚げなす・ホイコーロー・ホッキサラダ	・かやくご飯・みそ汁・フライドチキン・ロールキャベツ・ささぎと天カマの炒め	・ご飯・みそ汁・ごぼうサラダ・メンチカツ卵とし・漬物	・ご飯・みそ汁・焼き魚・きゅうりと長芋の酢のもの・さつまいもとささぎのもの
	29	30	31				
朝	・ご飯・みそ汁・たら西京漬け・きゅうりと魚肉ソーセイジのサラダ・ふきと鶏肉の煮物	・ご飯・みそ汁・ナスとウインナーの炒め・金平ごぼう・サバ味噌煮・えのきポン酢和え	・ご飯・みそ汁・おでん・焼き鮭・ほうれんそうナメタケ和え・ほっけサラダ				
昼	・二色冷やしそーめん/ゆばときのこの煮物・ミモザ風マカロニサラダ・長芋の酢のもの・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・さつまいもと舞茸の天ぷら・ほうれんそうお浸し・卵とうふ・白桃	・ご飯・みそ汁・肉じゃが・ブロッコリーときのこの白和え・カルポナーラ風スパサラダ				
夕	・五目ちらし・つみれ汁・鶏からあげ・野菜サラダ	・ご飯・中華スープ・焼きうどん・棒棒鶏・松前漬け	・ご飯・みそ汁・ところ天・酢豚・うにくらげ・漬物				