

グループホームアウル登別館 平成24年8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
朝				・ご飯・みそ汁・もやし ひき肉の炒め・ほっ け焼き・南瓜煮	・ご飯・ポトフ・サバ西 京焼き・牛蒡サラダ	・ご飯・みそ汁・トラウ トサーモン・チャブ チエ・大根と厚あげ煮 物	・ご飯・みそ汁・目玉 焼き・ソーセージ炒 め・煮豆・練切り込み
昼				・ご飯・みそ汁・水餃 子海鮮あんかけ・豚 バラソテー・キュウリ 酢のもの	・カレーライス・にらた まスープ・ポテトサラ ダ・フルーツミックス	・炒飯・わかめスー プ・野菜サラダ・ほっ きサラダ・餃子	・いなり寿司・太麺あ んかけ風焼きそば・ 豆と豆腐のヘルシー サラダ・南瓜煮・きゅ うり酢の物
夕				・ご飯・みそ汁・ハン バーグ・モヤシにらの ナムル・山菜と厚あ げの煮物	・ご飯・みそ汁・ホッケ 焼き・鶏天あまだれ・ シーチキンサラダ・ ヨーグルトバナナ	・ご飯・みそ汁・揚げ だし豆腐・豚肉炒め・ ポテトサラダ	・ご飯・みそ汁スクラ ンブルエッグクリーム ソースかけ・もずく酢・ カレー煮付
	5	6	7	8	9	10	11
朝	・ご飯・みそ汁・肉豆 腐・焼き魚・天カマと 玉葱の卵とじ・フルー ツ	・ご飯・みそ汁・スクラ ンブルエッグ・ハム・ 卵豆腐・洋ナン	・ご飯・みそ汁・ししゃ も焼き・紅しょうが卵 焼き・たけのこ煮物	・ご飯・みそ汁・目玉 焼き・焼き魚・こんに やくサラダ	・ご飯・みそ汁・めか ぶ・さつまあげの卵と じ・ハム焼き・かぼ ちの煮物	・ご飯・みそ汁・厚焼 き卵・ミートボール・ 牛蒡サラダ・きゅうり 酢の物・煮豆	・ご飯・みそ汁・焼き 魚・煮豆・うに海鮮・ 煮豆・漬物・フルー チェ
昼	・カルボナーラ風スパ ゲティ・厚焼きハムの ステーキ・冷水トマト スープ	・ご飯・オニオンペー コンスープ・豚冷しゃ ぶサラダ・ツナコーン サラダ・マンゴ	・チャーハン・中華 スープ・鶏大根・フ ルーツミックス	・ご飯・みそ汁・チキ ン南蛮・ホーレン草お 浸し・ポテトサラダ	・ご飯・みそ汁・サバ 味噌煮・鶏肉信田巻 き・もやしと水菜とハ ムのポン酢和え	・山菜おこわ・みそ 汁・小松菜の白和え・ 豚肉のはんぺんロー ル焼き・生野菜	・ご飯・クリームシ チュー・モヤシと人参 ドレッシング・フルー ツ
夕	・ご飯・みそ汁・手つ くりコロッケ野菜添え・ 長芋の酢の物・揚げ と水菜の煮びたし	・ご飯・みそ汁・刺身 盛り合わせ・ミモザ風 サラダ・トマト	・ご飯・みそ汁・鶏肉 しいたけの煮・ササ ゲ煮物・水菜と生ハ ム和え	・ご飯・餃子スープ・豚 しょうが焼・マカロニ サラダ・きゅうりカニカ マドレッシング和え	・ご飯・つみれ汁・や わらかステーキ・イカ リング・ほうれんそう のソテー	・ご飯・みそ汁・いわ し煮付・豚肉とチンゲ ン菜の中華あんか け・きのこ山芋の梅 肉和え	・ご飯・みそ汁・ナス の煮物・ところ天・豚 のピカタ
	12	13	14	15	16	17	18
朝	・ご飯・お吸い物・ チーズオムレツ・生春 巻き・銀かいらいみり ん焼き	・ご飯・みそ汁・ミート ボールのあんかけ・ ホッキサラダ・ホー レンソウの胡麻和え・ 鮭焼き	・ご飯・みそ汁・目玉 焼き・ウインナーと ピーマン炒め・煮豆	・ご飯・みそ汁・筑前 煮・しめさば・いかす し・野沢菜昆布	・ご飯・みそ汁・もやし 炒め・煮豆・焼き魚	・ご飯・みそ汁・焼き ナス・温野菜サラダ・ さんま焼き	・ご飯・みそ汁・ダシ 巻き玉子・山海漬け・ 漬物・チーズはんぺ ん
昼	・冷やしラーメン・ほう れん草なめたけ和 え・かぼちゃサラダ・ フルーチェ	・ご飯・みそ汁・ジン ギスカン・キュウリと カニかまの酢の物・ ジャガイモといんげん の煮物	・冷やしそめん・肉 団子スープ・エビ・ほ たてフライ・ひじきと 豆サラダ	お寿司・お吸い物・レ ンコンのきんぴら・揚 げだし豆腐	・スープ・ハンバーグ カレー・サラダ・キウイ	・ふかひれスープあ んかけ焼きそば・切 干大根の煮物・きゅう りの酢物・ぎょうざ スープ	・ご飯・みそ汁・豚す き煮・ほうれん草の 煮びたし・フルーチェ
夕	・ご飯・みそ汁・豚す き煮・きのこソテー・ ハムサラダ	・ご飯・みそ汁・ウイン ナーケチャブ煮・ ジャーマンポテト・こ んにやくサラダ・フ ルーチェ	・赤飯・みそ汁・煮し め・豆腐とアボカドサ ラダ・ホッケ竜田揚げ	・ご飯・みそ汁・天ぷ ら・若鶏の煮汁漬け・ 煮玉子・水菜サラダ	・ご飯・みそ汁・豚肉 しょうが煮・小松菜煮 びたし・しめサバとイ カの酢漬	・ご飯・みそ汁・さんま 梅煮・卵豆腐あんか け・ささげ炒め煮・フ ルーツヨーグルト	・ご飯・みそ汁・肉じゃ が・焼きズッキーニ・ かぼちゃサラダ・ナシ ／モモ
	19	20	21	22	23	24	25
朝	・みそ汁・ご飯・煮豆・ ナメタケおろし・ナス の味噌炒め	・ご飯・みそ汁・スクラ ンブルエッグ・まかると チキンのチーズ炒め・ ヨーグルト・きゅうりナ メタケ和え	・ご飯・みそ汁・目玉 焼き・ウインナー・ほ うれん草とベーコン炒 め	・ご飯・みそ汁・銀か らい・ふきと里芋煮・ 刺身こんにやく	・ご飯・石狩鍋・ソー セージソテー・にらた ま炒め・モモ	・ご飯・みそ汁・鶏肉と 大根の煮物・ほっき サラダ・たらこ・肉豆 腐	・ご飯・みそ汁・ほっ け焼き・ウインナーと 野菜炒め・長芋サラ ダ
昼	・おろし蕎麦・吸い物・ぎょ うざ・さんま缶と水菜サラ ダ	・カレーライス・ジャガ イモスープ・卵豆腐・ ポテトサラダ	・ご飯・ワカメスープ・ 油淋鶏・漬物・白菜お 浸し・フルーツ	・エビ天さぬきうどん・ ピーマンとツナ和え・ 生野菜・焼きナス	・ナポリタン・きゅうり ともやしのじゅれ和 え・スープ・ヨーグルト	・ご飯・みそ汁・鮭ム ニエルきのこソース・ 餃子・ほうれんそうお 浸し・きゅうり酢の物	・ご飯・みそ汁・ジン ギスカン・ポテトサラ ダ・トマト・レタス
夕	・かやくご飯・みそ汁・漬 物・豆腐あんかけ煮・か ぼちゃと芋の煮ころが し	・ご飯・すりみ汁・温 野菜サラダ・豚肉と野 菜の味噌炒め・えの き茸の和え物	・ご飯・みそ汁・ハン バーグプレート(人参 グラッセ・焼きそば) 水菜とイカのサラダ・ キュウリ酢物・カス	・ご飯・みそ汁・鮭焼 き・サイコロステー キ・フルーチェ・漬物	・ご飯・みそ汁・大根 サラダ・やわらか生 姜焼き・長芋ときゅう り酢・かぼちゃ含め煮	・ご飯・だんごスープ・ 豚肉甘みそ炒め・ふ きと厚揚げの煮物・ご ぼうサラダ	・ご飯・みそ汁・手ずく 理コロッケ・野菜添 え・サバ焼き・カルボ ナラ風サラダ
	26	27	28	29	30	31	
朝	・ご飯・みそ汁・スクラ ンブルエッグ・ポロニ アソーセージ炒め・ポテ トサラダ・フルーチェ	・ご飯・みそ汁・塩サ バ・煮豆・漬物・肉団 子	・ご飯・みそ汁・厚焼 き卵・ウインナー・五 目きんぴら・漬物	・ご飯・みそ汁・カニ 玉風あんかけ・山芋 の梅にく和え・豚肉と 野菜ソース炒め	・ご飯・みそ汁・ホッケ 焼き・ほっきサラダ・さ つまいも甘露煮・漬 物	・ご飯・みそ汁・目玉 焼き・ウインナー・ハ ム・煮豆・牛蒡サラダ	
昼	・家族会イベントメ ニュー・バーベ キュー・焼肉	・冷やし中華・切干大 根の煮物・白菜のナ メタケ和え・とうもろこ し	・ご飯・みそ汁・鶏肉 とほうれん草のクリー ムソース・ミカン・ぎょ うざ	・ご飯・みそ汁・八宝 菜・しゅうまい・はるさ めサラダ	・素麺・長芋のオリ ーブ炒め・フルーチェ	・かしわ蕎麦く温>・ さつま芋とベジタのス イートサラダ・あんか け豆腐・梨	
夕	カレーライス・スープ・ 漬物	出前 玉子どんぶ りみそ汁漬物	・ご飯・みそ汁・さんま 煮付・ささげちくわの 金平・きゅうり酢の物	・ピラフ・スープ・と ころ天・ふきの煮物・ミ カン	・おにぎり・みそ汁・ バーベキュー<海 鮮・野菜・肉>・きゅ うり酢の物	・4色丼・みそ汁・肉 じゃが・ふきの和え物	