

グループホームアウル 登別館 9月 山ユニット 献立表

	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・目玉焼・シューマイ・ウインナー炒め・煮豆・ゆずゼリー	・ご飯・みそ汁・鮭焼・みやしの玉子とじ・ほうれん草の白和え	・ご飯・みそ汁・鮭のホイル焼き・ほうれん草のなめたけ和え・りんご	・ご飯・玉子スープ・ほうれん草のお浸し・漬物・煮豆	・ご飯・みそ汁・さばみりん焼・煮豆・マーボー豆腐・桃	・角食パン・ワカメスープ・海老しゅうまい・スクランブルエッグ野菜添え・チキン南蛮	・ご飯・みそ汁・目玉焼・マーボー春雨・さんま缶の和え物
昼	・ご飯・しゅうまいスープ・キムチ・マーボー豆腐・ポテトサラダ・フルーチェ	・ご飯・ワカメスープ・サイコロステーキ・海老フライ・大根サラダ・スイカ	・ご飯・キムチスープ・南瓜コロッケ・ソーセージフライ・レタスマト添え・つみれ炒り鶏から揚げ・とびっ子	・カレーライス・スープ・サラダ・梨	・シーフードピラフ・ポトフ・からあげ・春巻・レタスサラダ	・16穀米ご飯・みそ汁・信田巻き・さんまとさつま芋の揚げ漬け・はっさくときゅうりの酢の物	・ご飯・みそ汁・鮭フライのタルタルソース・コールスローサラダ・いんげんの白和え
夕	・ご飯・みそ汁・焼き肉・野菜添え・金平ゴボウ・玉子焼	・ご飯・みそ汁・もやしとにらと人参のナムル・鯖焼き魚・きゅうり酢物・長芋と茄子のみそ炒め・とうもろ	・ご飯・みそ汁・ハンバーグ・お浸し(白菜)・ふきの煮物・漬物	・ご飯・お吸い物・クリームコロッケ・ピーマンの肉詰め・煮物・ほうれん草ののり和え	・ミックス炒飯・みそ汁・チンゲン菜とエビのあんかけ・餃子	・ご飯・みそ汁・刺身盛り合わせ・冷しゃぶサラダ・みかん	・ご飯・味噌汁・肉じゃが・焼なすの煮びたし・さつまいもサラダ・桃ゼリー
8	9	10	11	12	13	14	
朝	・ご飯・みそ汁・ウインナー・塩さば・ちくわとピーマンの炒め・野菜漬物	・ご飯・みそ汁・ところ天・昆布佃煮・茄子の味噌焼・水菜サラダ・ゆずゼリー	・ご飯・みそ汁・ほっけ焼・ほうれん草のお浸し・野沢菜昆布・しば漬物	・パン・春雨スープ・目玉焼・ウインナー	・ご飯・野菜コンソメスープ・鶏の照り焼き・ポテトサラダ・スクランブルエッグ	・ご飯・みそ汁・天カマの醤油炒め・鮭の塩焼・いかぬか漬物	・ご飯・味噌汁・さば焼・具たくさん煮物・ピーマンとちくわの炒め
昼	・生ちらし・みそ汁・ふきの煮物・五目きんぴら・漬物	・ご飯・コーンシチュー・ワカメスープ・梅あじ春雨サラダ	・炊き込みご飯・みそ汁・切干大根・やわらか大学芋・ラフランスとフルーチェ	・ご飯・みそ汁・肉じゃが・ほうれん草なめたけ和え・鯖塩焼・梨	・ご飯・みそ汁・酢豚風炒め・切り昆布の煮物・柿ときゅうりの酢物	・ピラフ・味噌汁・ふきと竹の子の煮物・南瓜サラダ・パイン	・カレーライス・中華スープ・白菜サラダ・ゼリー
夕	・ご飯・みそ汁・きのこ入りハンバーグ・レタスマト添え・マカロニのミモザサラダ・ほうれん草お浸し	・ご飯・みそ汁・焼肉・茄子と白菜の煮びたし・とうきび・パイナップル	・ご飯・みそ汁・冷しゃぶ・温野菜・漬物・みかん	・ご飯・みそ汁・ラーメンサラダ・温泉玉子・鶏肉と大根の煮物	・カツ丼・みそ汁・茄子とピーマンの炒め・漬物	・ご飯・味噌汁・揚げだし豆腐・ささげと竹輪のマヨネ・ようかん	・ご飯・味噌汁・秋刀魚の煮物・ふるふき大根・ほうれん草のお浸し
15	16	17	18	19	20	21	
朝	・ご飯・味噌汁・茄子焼・シーチキンサラダ・紫蘇昆布・みかんゼリー	・ご飯・味噌汁・ウインナー・鯖の塩焼・中華春雨	・ご飯・味噌汁・ほっけ焼・だし巻き玉子・漬物・フルーツ	・ご飯・味噌汁・焼き魚・れんこんの煮物・漬物	・ご飯・味噌汁・玉子焼・ベーコン・キャベツ炒め	・ご飯(パン)お好み選択・玉子焼・ベーコン炒め・ポテトサラダ・コーンポタージュ	・ご飯・味噌汁・ひじきの煮物・ポテトサラダ・鮭のとろろ和え
昼	・ご飯・スープ・漬物・鯖丼・茶わん蒸し・茄子の味噌炒め	・ご飯・味噌汁・ミートボールの甘酢あんかけ・ペンネのマヨネーズサラダ・ほうれん草のお浸し	・ご飯・チンゲン菜とつみれスープ・たらとさつま芋フライ・ツナサラダ・トマト・豚肉のすきやき風玉子とじ	・ご飯・味噌汁・天ぷらの盛り合わせ・鮭のポン酢和え・具たくさんさんの煮物	・ご飯・スープ・マーボー豆腐・きのこ鶏肉のクリームソース・はっさく	・雑穀ご飯・味噌汁・鶏ひき炒り豆腐・揚げ茄子の味噌炒め・だし巻き玉子・鮭のはらす焼・柿	・ご飯・味噌汁・豚肉と大根のすきやき煮・鶏とゴボウの胡麻だれソース・柿の酢の物・梨
夕	・ご飯・味噌汁・焼き肉・モヤシ炒め・酢の物・漬物	・お赤飯・味噌汁・きんちゃくとかぼちゃの煮物・酢物・漬物	・ご飯・味噌汁・赤魚の煮付・ラーメンサラダ・れんこんと天カマの胡麻和え・柿	・鶏そぼろ丼・味噌汁・海老チリ・レタス添え・かぼちゃのバター炒め・キャベツの塩コンブ和え	・ご飯・味噌汁・豚生姜焼・ブロッコリーのオーロラサラダ・鮭の塩焼	・ご飯・味噌汁・鮭のムニエル・肉だんご・甘酢あんかけ・煮物・漬物	・ご飯・味噌汁・鶏肉の玉子とじ・ワカメの酢の物・ピーマンとベーコンの中華炒め
22	23	24	25	26	27	28	
朝	・ご飯・味噌汁・ほっけ焼・ひじきの煮物・なめたけおろし	・ご飯・味噌汁・鯖塩焼・にら玉子とじ・水菜と秋刀魚缶の和え・ウインナーポイル	・ピラフ・キャベツのベーコン炒め・チーズオムレツ・南瓜サラダ	・ご飯・味噌汁・ホッケ・ほうれん草と竹輪の中華炒め・昆布巻き	・ご飯・味噌汁・ひじき炒りオムレツ・ブロッコリーのマヨネーズ和え・昆布の佃煮	・パン・コーンスープ・ハンバーグ・目玉焼・フルーチェ	・ご飯・味噌汁・ほっけ焼・野菜の味噌鶏そぼろ炒め・フルーチェ
昼	・いなり寿司・冷やしラーメン・棒棒鶏	・赤飯・おはぎ・ひじきとジャガイモのにっころがし・焼茄子の煮びたし・柿・ぶどう	・いくら丼・味噌汁・チャプチェ・やわらか大学芋・漬物・梨	・きのこ蕎麦(温)・ご飯・長芋のオーロラサラダ・中華春雨	・16穀米ご飯・味噌汁・南瓜のコロッケ・春雨のマヨネーズサラダ・豚肉と長芋の味噌炒め	・ハヤシライス・ミートボールのあんかけ・柿・漬物・ほっきサラダ	煮込みきつねうどん・揚げだし豆腐・ゴボウの土佐煮・柿
夕	・ご飯・味噌汁・チンジャオロース・揚げだし豆腐・コールスローサラダ	・天井・味噌汁・もずく酢・ほうれん草のお浸し	・ご飯・味噌汁・海老フライ・チーズフライ・竹輪揚げ・野菜添え	・ご飯・味噌汁・カレイの煮付・カニカマの酢の物・味噌おでん	・ご飯・味噌汁・すき焼き・ほうれん草のお浸し・南瓜漬物	・ご飯・味噌汁・野菜炒め・ふきと高野豆腐の煮物・さばのきゅうり和え	・ご飯・味噌汁・豚肉としめじの甘辛煮・マーボー豆腐・天カマの醤油炒め
29	30						
朝	・ご飯・味噌汁・サーモン焼・しそ味噌・梅干し・なめ草と胡瓜の和え物	・ご飯・味噌汁・ウインナーともやしとニラの味噌炒め・マカロニサラダ・佃煮・漬物					
昼	・鯖の漬物・ゆず団子・つみれ汁・フキと天カマの煮物・レタスのマカロニサラダ	・ご飯・味噌汁・秋刀魚の梅煮・豚しゃぶサラダ・柿の酢の物・漬物					
夕	・ご飯・味噌汁・チキン南蛮・白菜の胡麻和え・焼き茄子	・ご飯・味噌汁・白身フライ・茄子の煮びたし・海老サラダ・フルーツ					