

グループホームアウル登別館 平成25年4月 献立表 海ユニット

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝		ウインナーロールパン コーンマヨパン 春雨スープ フルーチェ	ご飯・味噌汁 天かまほうれん草甘辛煮 ハム山菜サラダ さんま蒲焼	ご飯・味噌汁 サバ塩焼 キャベツシーチキンサラダ ゆで卵天かま煮物	ご飯・味噌汁 筑前煮 白菜漬物 フルーチェ(パイン) ホッケ西京焼き	ご飯・味噌汁 切干大根 鮭焼き 漬物・春雨サラダ	ご飯・味噌汁 紅生姜入り天かま 煮豆・マーボ春雨 ほうれん草入り卵焼き
昼		ひじきご飯・味噌汁 ハムトマトサラダ 豚肉野菜炒め かぼちゃの煮物	ご飯・味噌汁 冷奴醤油和え ささ身蒸焼 シメジピーマン炒め	ご飯・味噌汁 ミートパスタ チキンソテー レタス・トマト サーモンマリネ	オムライス 野菜スープ 唐揚げ きゅうりレタスサラダ	ご飯・味噌汁 揚げだし豆腐 かに玉風 高野豆腐の煮物	ご飯・味噌汁 サバ味噌キムチ炒め 大学芋 漬物(きゅうり)
夕		ご飯・キノコの味噌汁 シュウマイ・春巻 中華ポテト	ご飯・味噌汁 チヂミ 豚肉の味噌焼き 野菜炒め	混ぜご飯・味噌汁 冷奴・きゅうりカニカマ添え 肉じゃが	ご飯・味噌汁 かすべのめた マカロニサラダ 焼き豆腐	ご飯・シチュー 天ぷら(茄子・アスパラ) リンゴ・キウイ	鶏照焼の三食井 味噌汁 野沢菜昆布 野菜サラダ
	7	8	9	10	11	12	13
朝	ご飯・味噌汁 豚肉大根煮物 きゅうり長芋マグロカル パッチョ	ご飯・野菜スープ 目玉焼き・ウインナー 海老チリ	ご飯・お吸物 ポロニアソーセージ焼 ホッキサラダ 厚揚げとほうれん草煮物 煮豆・ふじっこ	ご飯・味噌汁 なすとニシンの煮物 豆もやし醤油和え ホッケみりん焼き	ご飯・団子汁 卵焼き・煮物 小松菜胡麻和え なすひき肉炒め フルーチェ	ご飯・味噌汁 シュウマイ アスパラウインナー炒め 鮭塩焼き 天かま里芋煮物	ご飯・味噌汁 株のあんかけ 鮭焼・いんげんの胡麻和 え パナナヨーグルト
昼	ご飯・味噌汁 唐揚げ醤油掛け レタス付 ラーメンサラダ 玉ねぎサーモンマリネ	お好み焼き キノコお吸物 フルーツサラダ	ご飯・かぼちゃクリーム スープ・鶏肉揚げ 野菜サラダ バナナの生クリーム掛け	ご飯・味噌汁 さば竜田揚げ 温野菜・キヨミオレンジ	おはぎ お吸物 野菜サラダ	ご飯・スープカレー タラのムニエル フライドポテト ブロックリー・トマト フルーチェ	冷やし中華・スープ 餃子・シュウマイ
夕	ご飯・味噌汁 目抜きみりん焼き 手作り豆腐 茄子の中華味噌炒め	ご飯・味噌汁 ブリ大根 さしみ盛り合わせ きゅうり酢の物	あんかけ固焼きそば きゅうりともずく和え もやし味噌 お吸物	生ずし・そば お吸物 茶碗蒸し	ご飯・味噌汁 すき焼き きゅうり山芋酢の物 さば味噌焼	炊き込みご飯・味噌汁 春巻 ポテトサラダ	ご飯・野菜スープ ポテトサラダ 海老マヨ 豚肉甘辛煮
	14	15	16	17	18	19	20
朝	ご飯・味噌汁 ミートボール 卵焼き シーチキンほうれん草マヨ 和え	ご飯・味噌汁 シュウマイ・ウインナー 煮豆	ご飯・味噌汁 さんまの煮付 目株 鶏肉の炒め物	ご飯・味噌汁 サーモン塩焼き 豚肉豆腐とじ もずく	ご飯・味噌汁 煮豆	ご飯・味噌汁 ハム玉ねぎ胡椒炒め サバ照り焼き 長芋	ご飯・味噌汁 サバ塩焼き オクラもやし酢和え ウインナーベーコン炒め オレンジ
昼	鶏マヨ丼・味噌汁 里芋はんぺん ほうれん草煮物 オレンジ	ご飯・味噌汁 きゅうり漬物 豚肉野菜炒め 焼き豆腐	稲荷寿司・そば寿司 コンソメスープ チャブチェサラダ	ご飯・味噌汁 鶏肉柚子胡椒炒め ビビンバ ウドの酢味噌和え	ご飯・味噌汁 カレーの煮付 フルーツ盛り合わせ おくらなめたけ和え 白菜煮びたし	混ぜご飯・味噌汁 白身フライ マカロニサラダ ゼリーイチゴ	ご飯・味噌汁 ぶり照り焼き 春菊の白和え 山芋オクラ和え
夕	ご飯・ユイミータン(スープ) 鮭のムニエル ほうれん草とえのきのソ テー かぼちゃの煮物	ご飯・中華スープ ほうれん草煮物 唐揚・野菜サラダ	ご飯・味噌汁 カレーの煮付 豚肉茄子味噌炒め きゅうりワカメ酢の物	ご飯・味噌汁 シヤモ酢漬け 大根味噌田楽 野菜肉巻き	おにぎり・ジャージャー麺 ゆで卵レタスサラダ お吸物	ご飯・春雨スープ マグロのアボガド和え 豚キムチ ひじきの煮物	海老ピラフ・ワカメスープ 唐揚ネギ醤油がけ ポテトハム巻き フルーツ
	21	22	23	24	25	26	27
朝	ご飯・味噌汁 肉豆腐 むつみりん焼き きゅうり漬物	ご飯・お吸物 鶏肉ソース炒め イチゴヨーグルト マカロニサラダ	ご飯・餃子スープ ホッケ塩焼き ふきと天かま煮物	ご飯・味噌汁 天かまの炒め物 卵焼き	ご飯・味噌汁 大根の煮物 ほうれん草長芋和え マカロニサラダ	ご飯・味噌汁 すき焼き 温玉・おくらと揚げの和え 物	ピザ・もやしスープ 野菜炒め・トマト フルーチェ・ブリ照り焼き
昼	赤飯・お吸物 天ぷら(かぼちゃ・野菜) オレンジ	ご飯・味噌汁 かすべ煮付 煮ひじき 春菊卵とじ	ライスボール揚げ ミネストローネ 鮭ホタテマリネ クリームパスタ	ご飯・シチュー ほうれん草コーンのバター ソテー・プリン すいか	ご飯・味噌汁 ささ身蒸焼 かぼちゃの煮物 漬物(きゅうり)	ご飯・野菜スープ 餃子・野菜サラダ 里芋の煮物	焼きそば・コンソメスープ スンドゥブ・オレンジ ご飯
夕	ご飯・味噌汁 海老チリ風 鶏肉野菜炒め 長芋きゅうりサラダ	ご飯・味噌汁 鮭味噌バターホイール焼き 生野菜サラダ 筍の煮物	ご飯・味噌汁 茄子の素揚げ豆腐 でんがくがけ 豚肉しぐれ煮	ガーリックライス 中華スープ 豚肉の天ぷら 温野菜	ご飯・キノコ汁 しゅうまい・春巻 焼き豆腐	ご飯・味噌汁 豚肉味噌焼き レタス・トマト サーモンマリネ	ご飯・味噌汁 豚しゃぶ大根おろし煮 つぼだい味噌焼き 野菜サラダ
	28	29	30				
朝	ご飯・味噌汁 かぼちゃのあんかけ 水菜サラダ 卵焼き	ご飯・味噌汁 かぼちゃの煮物あんかけ ねぎとひき肉の卵焼き 水菜のツナサラダ	ご飯・味噌汁 ほうれん草入り卵焼き マーボ春雨・レタスミニト マト 鶏肉煮物				
昼	ご飯・根野菜のデミソース 煮込・赤魚の粕漬け ほうれん草の磯辺巻	天ぷらそば 春雨ハムサラダ	ご飯・味噌汁 豚肉とキャベツの味噌炒 め 高野豆腐の煮物				
夕	ご飯・シチュー オムレツ 冷奴揚げ 春菊胡麻和え	ご飯・味噌汁 茄子の煮びたし豚肉添え さば味噌焼き 卵春菊サラダ	ご飯・味噌汁 豚肉味噌炒め チヂミ 野菜炒め				