

グループホームアウル登別館 4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 |
| 朝 | | | | ご飯 みそ汁 鯖みりん干し 卵焼き ほうれん草の胡麻和え | ご飯 みそ汁 ミートボール ほうれん草入り卵焼き 煮しめ | 豆ごはん みそ汁 サンマ甘露煮 豚玉キムチ もずく酢 | ご飯 みそ汁 高菜入り卵焼き ウインナーほうれん草炒め 漬物 |
| 昼 | | | | キーマカレー ほうれん草のスープ マカロニ・カニカマサラダ 漬物 | ロブスターのビスク風 ご飯 スープ エビフライ 春巻き | ご飯 わかめスープ ザンギ ポテトサラダ 漬物 塩昆布 | 肉入りそば おにぎり あんみつ |
| 夕 | | | | ご飯 みそ汁 から揚げ 金平 切り干し大根の煮物 大学芋 | ご飯 みそ汁 鯖 カボチャ煮 大根と天カマの煮物 | ご飯 みそ汁 シチュー ラーメンサラダ ナスとピーマン素揚げ ピリ辛サンマ焼き | ご飯 みそ汁 ふろふき大根 焼肉 カニカマサラダ 漬物 |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 朝 | マグロ山かけご飯 みそ汁 フキと天カマ煮物 もずく酢 | ご飯 みそ汁 焼きハラス シュウマイ じゃこの佃煮 | ご飯 みそ汁 赤魚の粕漬 肉じゃが 長芋のサラダ リンゴのフルーチェ | ご飯 みそ汁 茄子の煮びたし 豚肉白菜あんかけ 魚肉ハンバーグ | ご飯 みそ汁 焼き鯖と大根おろし 茄子の味噌炒め 漬物 | ご飯 みそ汁 鮭 じゃがいも入りオムレツ 煮物 | ご飯 あさりのお吸い物 焼きサンマ 鶏肉と大根の煮物 たくあん |
| 昼 | ご飯 餃子スープ じゃがいもとひき肉団子 レタスサラダ もやしニラ味噌炒め | ご飯 みそ汁 から揚げ サラダ ポテト イチゴフルーチェ | ご飯 肉団子みそ汁 煮物 塩辛・筋子・にしん酢 漬け 豚カルビ | 混ぜご飯 ポトフ ヒレカツ スパゲティサラダ フルーチェ | ナポリタン 牛サイコロステーキ 春雨サラダ ポテト | ご飯 みそ汁 チキンの梅しそ揚げ 茄子とピーマンの炒め物 スパゲティサラダ | チャーハン フキと揚げの煮物 鶏肉・白菜・豆腐の水炊き |
| 夕 | カレー炒飯 わかめスープ マーボー豆腐 茄子の漬物 苺 | ご飯 みそ汁 ヒレカツ マカロニサラダ 漬物 | 炊き込みご飯 みそ汁 チキンカツ サラダ サンマの煮付 | ご飯 ミネストローネ タラコパスタ そうめんの煮こごり 鱈のムニエル | ご飯 ミネストローネ から揚げ カボチャサラダ モンブラン | ご飯 春雨スープ カニ鍋 赤魚焼き たくあん | ご飯 カレースープ ナポリタン カニクリームコロッケ 明太サラダ |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 朝 | ご飯 みそ汁 ウインナー シュウマイ ハムサラダ | ご飯 中華スープ スペイン風オムレツ ごぼうサラダ 鮭のムニエル | ご飯 みそ汁 赤魚の粕漬 野菜炒め 納豆 | ご飯 みそ汁 中華風煮物 フキの煮物 フルーツヨーグルト | ご飯 みそ汁 麻婆春雨 ニラの卵とじ 豚肉甘辛煮 | ご飯 みそ汁 ミートボール 白菜の煮びたし もやしナムル | ご飯 しじみ汁 ホッケの味噌焼き ニラ玉焼き ウインナーとチンゲン菜の炒め物 |
| 昼 | ご飯 みそ汁 カスベ煮付 サラダ 白菜の漬物 | ご飯 もやしスープ フライドチキン 茄子とオクラの和え物 トマトとアスパラのオ | ピザ 和風パスタ ナスと豚肉のトマト炒め フルーツポンチ ポテトサラダ | ご飯 わかめスープ ハンバーグ 竜田揚げ ポテトサラダ デザート | ナポリタン 芽キャベツのスープ メンチカツ から揚げ ポテトサラダ | ハヤシライス 餃子 スープ ポテトサラダ みかんフルーチェ | 焼きそば豚味噌漬けのせ 焼売とほうれん草 スープ おにぎり |
| 夕 | ご飯 みそ汁 サイコロステーキ キャベツ春雨 もやしサラダ 煮豆 | ご飯 みそ汁 長芋のフリッター 麻婆春雨 鮭 カボチャサラダ | ご飯 キャベツの吸物 ひき肉の味噌炒め たけのこの煮物 ほうれん草の卵とじ | ご飯 みそ汁 卵とじ 煮豆 サラダ | ご飯 みそ汁 ホッケ 煮物 茄子の漬物 | いなり寿司 キツネ蕎麦 ほうれん草ゴマ和え 鶏肉煮物 | 炊き込みご飯 水餃子 カスベ煮付 マグロとサーモンのぬた |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 朝 | ご飯 つみれ汁 鮭 卵焼き 煮豆 筋子 | ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 肉団子のキノコかけ ウインナー 塩辛 | ご飯 つみれ汁 鱈 カスベ 豚肉とニラの味噌炒め | ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 麻婆豆腐 きゅうりのなめ茸和え 煮豆 | ご飯 スープ ポテトサラダのハム 巻き トマト鍋 たくあん | ご飯 みそ汁 かに玉 肉団子甘酢あんかけ マカロニサラダ わかめとシーチキン | ご飯 みそ汁 牛肉のしぐれ煮 白和え マグロとアスパラのマリネ |
| 昼 | ご飯 お吸い物 サツマイモの天ぷら 肉豆腐 きゅうりの漬物 | 混ぜご飯 みそ汁 鶏の照り焼き チカフライ 漬物 | 筍ご飯 みそ汁 ジンギスカン チンゲン菜胡麻和え アボガドとブロッコリーサラダ | 18穀米 みそ汁 煮物 フライ(トリ・エビ・ピーマン) サラダ | ご飯 みそ汁 フキの煮物 つみれのあんかけ ポテトサラダ | ご飯 みそ汁 野菜の肉巻き 卵焼き 野菜炒め 芽キャベツ煮 | ご飯 すり身のみそ汁 卵と水菜のサラダ から揚げ 酢の物 |
| 夕 | キーマカレー わかめスープ マカロニサラダ フルーチェ | ご飯 オニオンスープ ステーキ エビフライ ポテトサラダ マカロニでナポリタン | ご飯 みそ汁 塩鯖 豚バラ生姜焼き 白菜の白ごま和え たくあん | ご飯 みそ汁 鮭の香草焼き カボチャサラダ 煮物 たくあん | サーモン漬け井 肉団子のみそ汁 卵とじ サツマイモのお汁粉 | ご飯 みそ汁 カスベ揚げ ポテトサラダ たくあん | ご飯 みそ汁 煮込みハンバーグ マカロニサラダ はっさく |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 朝 | ご飯 みそ汁 目玉焼き 塩昆布 すじこ | ご飯 みそ汁 ハンバーグ 卵焼き ほうれん草ソテー ポテトサラダ | ご飯 みそ汁 だし巻き卵 赤魚みりん焼き 煮豆 たくあん | 18穀米 みそ汁 切り干し大根 マグロとアボカドの和え物 高菜 | ご飯 みそ汁 サンマの蒲焼 昆布 あんかけミートボール | | |
| 昼 | 梅しそご飯 わかめ お吸物 焼きそば 餃子 水菜とハムのサラダ | 冷やし中華 餃子スープ マーボー茄子 バナナフルーチェ ポテトサラダ | 鯖の竜田揚げ 野菜炒め 豚肉ドレッシング和え そばサラダ みかん | ご飯 みそ汁 ふろふき大根 鱈のホイル焼き 煮物 | ご飯 わかめスープ 筑前煮 牛肉ニンニク芽炒め 煮豆 | | |
| 夕 | お寿司 たちのみそ汁 ほうれん草おひたし フルーツ | ご飯 ポトフ 鶏マヨ ポテトサラダ | ご飯 みそ汁 卵とじ ポテトサラダ ふきの煮物 マリネ | ご飯 みそ汁 カレイの煮付 酢豚 フキと厚揚げの煮物 | ご飯 みそ汁 サンマのマリネ カボチャ煮 ニラと牛肉のクッパ 風 | | |