

グループホームアウル 8月 献立表  
アウルII

	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
朝		ご飯・味噌汁・目玉焼き・ひじき煮・ペンネサラダ・煮豆	ご飯・味噌汁・オムそば・ひじき煮・紅鮭焼き魚・たらこ	ご飯・味噌汁・ニラの卵とじ・春雨サラダ・鯖の味噌煮	ご飯・味噌汁・インゲンの胡麻和え・玉子焼き・シウマイ	ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・煮卵・卵の花・手羽先煮	ご飯・味噌汁・紅鮭焼き魚・芋とささぎの煮物・イカメンチカツ・ソーセージの卵とじ
昼		ご飯・味噌汁・回鍋肉・胡瓜とワカメの酢の物・ホワイトアスパラ	おむすび・冷やしラーメン・筑前煮・焼き鳥	天むす・冷やしうどん・天ぷら・枝豆・フルーチェ	パン盛り合わせ・わかめと玉子のコーンスープ・サラダ	ご飯・味噌汁・豚肉と茄子・ピーマンの味噌炒め・チヂミ・冷奴・フルーツ	うなぎチラシ寿司・スープ・春雨サラダ・牛乳寒・胡瓜の漬物
夕		お寿司・お吸い物	ご飯・味噌汁・オムレツ・ポテトフライ・煮豆	親子丼・味噌汁・きんぴらごぼう・ホワイトアスパラのサラダ	ご飯・味噌汁・ジンギスカン・ほうれん草のなめ茸和え・茶碗蒸し	エビ丼・味噌汁・マカロニサラダ・厚揚げとピーマンの炒め物	ご飯・ソーメン・ちくわチーズの磯辺揚げ・茄子・ピーマン素焼き味噌炒め・胡瓜の漬物
	7	8	9	10	11	12	13
朝	ご飯・味噌汁・南瓜コロッケ・南瓜コロッケ・アスパラ・胡瓜・カニカマサラダ・ウズラ玉子を包んだ肉団子	ご飯・味噌汁・だし巻き卵・ほうれん草入り玉子和え・ひじき煮・アスパラベーコン巻き	ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・シュウマイ・目玉焼き・漬物	ご飯・味噌汁・鶏の生姜焼き・オムレツ・黒豆・紅鮭焼き魚	ご飯・味噌汁・豚肉の味噌漬け・海老カツ・ひじき煮・玉子焼き	ご飯・味噌汁・南瓜煮・鯖焼き魚・ハムエッグ・漬物	ご飯・味噌汁・宗八焼き魚・きんぴらごぼう・エビチリ春巻き
昼	マック・フルーツ	ご飯・味噌汁・肉詰めピーマン・芋とササゲの煮物・たたき胡瓜・カリカリベーコンの野菜サラダ	ご飯・すまし汁・ハンバーグ・マカロニサラダ・煮豆	ご飯・味噌汁・豚肉のきのこ巻き・春雨サラダ・天カマとささぎ炒め・漬物・ヨーグルト	パン盛り合わせ・野菜サラダ・ソーセージ炒め・フルーツ	カレーライス・玉子とマトのスープ・マカロニサラダ・スイカ	おむすび・冷やしうどん・かき揚げ・牛乳寒
夕	ご飯・味噌汁・ささみカツ・ほうれん草のお浸し・茄子・ベーコンパスタ	ご飯・味噌汁・きんぴらごぼう・イカメンチカツ・餃子	おはぎ・冷麦・漬物	ご飯・味噌汁・ニラの卵とじ・中華冷奴・鶏唐揚げ	ご飯・味噌汁・肉野菜炒め・チーズ入り鶏ささみ揚げ・煮豆・生野菜トマト	鮭チラシ・お吸い物・ジャーマンポテト	牛丼・味噌汁・麻婆豆腐・ポテトサラダ
	14	15	16	17	18	19	20
朝	ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・目玉焼き・ウィンナー・南瓜煮	ご飯・味噌汁・ホッケ焼き魚・天カマとフキの煮物・スパゲッティサラダ・玉子焼き	ご飯・味噌汁・いわし蒲焼き・野菜炒め・大根となめ茸の和え物・玉子焼き	ご飯・味噌汁・豚肉味噌漬け・目玉焼き・天カマ・豆煮物・ポテトサラダ	ご飯・味噌汁・鶏肉の龍田焼き・紅鮭焼き魚・玉子焼き	ご飯・味噌汁・玉子焼き・南瓜煮・鯖の味噌煮	ご飯・味噌汁・ホッケ焼き魚・茄子焼き・ミートボール・すじこ
昼	海鮮丼・お吸い物	ご飯・味噌汁・白菜のミルフィーユ・さつま芋の煮物・トマト・枝豆	天むす・すまし汁・筑前煮・ササゲとなめ茸と炒め・メロン	ご飯・すまし汁・ハンバーグ・マカロニサラダ・和風スパゲッティ・マンゴー	パン盛り合わせ・目玉焼き・ポテトベーコン焼き・スープ・マンゴー・ヨーグルト	かき揚げ丼・クラムチャウダー・ツナサラダ・枝豆・フルーツ	おむすび・冷やしラーメン・チキンカツ・野菜サラダ・フルーツ
夕	オムライス・味噌汁・ごま豆腐・ほうれん草の胡麻和え	ご飯・味噌汁・鶏むね肉の味噌野菜炒め・ニラの卵とじ・トマトサラダ	ご飯・味噌汁・茄子の肉巻き・ニラ玉・漬物	ご飯・味噌汁・ササギ豆とコーンのかき揚げ・チーズささみフライ・白菜の塩昆布和え	ご飯・味噌汁・チーズの肉巻き・クリーム煮・フキと竹の子煮	ご飯・味噌汁・ハンバーグ・かに玉・もやしのナムル	かき揚げ丼・お吸い物・ごま豆腐・中華クラゲ
	21	22	23	24	25	26	27
朝	ご飯・味噌汁・宗八焼き魚・きんぴらごぼう・ささみチーズカツ・和風スクランブルエッグ	ご飯・味噌汁・フィッシュフリッター・鯖味噌煮・玉子焼き	ご飯・味噌汁・ひじき煮・ウィンナー炒め・ふいき竹の子煮・がんも、かぶの煮物	ご飯・味噌汁・ミートボール・コロケ・おふくろ煮・梅干し	ご飯・味噌汁・インゲンの胡麻和え・鱈フライ・卵の花・ハムエッグ	ご飯・味噌汁・ホッケ焼き魚・切り干し大根煮物・海老カツ・豆腐チャンプルー	ご飯・味噌汁・ニラの卵とじ・ミートボール・たらこ・うま煮・アスパラベーコン
昼	天むす・味噌汁・チンジャオロース・春雨サラダ・枝豆・フルーツ	ご飯・冷麦・鶏のから揚げ・じゃが芋、人参、ピーマンオイスターソース炒め・フルーツ	ドリア・豆腐すまし汁・人参と玉子の炒め物・チャーシュー・セロリの醤油漬	かき揚げうどん・ご飯・春雨サラダ・ズッキーニさつぱり炒め・ヨーグルト	パン盛り合わせ・スープ・マカロニサラダ・フルーチェ	ご飯・彩り野菜炒め・さつま芋のあっさり煮・わかめと胡瓜の酢の物・野菜スープ	ご飯・すまし汁・きのこ豚肉巻き・焼きそば・フルーツ・豆腐のなめたけ和え
夕	親子丼・ズッキーニさつぱり炒め・トマトサラダ・お吸い物	もつ鍋・ごま豆腐・ホワイトアスパラ	ご飯・味噌汁・餃子・茄子の味噌炒め	ご飯・煮豆・なめ茸とオクラ和え・鶏肉とトマト煮込み	エビフライカレー・冷トマト	ご飯・味噌汁・ポークハンバーグ・麻婆豆腐・奈良漬	うなぎ・味噌汁・春巻き・トマト
	28	29	30	31			
朝	ご飯・味噌汁・ハムカツ・大根、かぶの煮物・豆サラダ・ホワイトアスパラ	ご飯・味噌汁・和風スクランブルエッグ・ホッケフライ・ひじきの煮物・牛蒡入りつくね	ご飯・味噌汁・カレーコロケ・シュウマイ・おから和え・梅干し	ご飯・味噌汁・ひじき・エビクリームコロケ・八宝菜・ハムエッグ			
昼	天むす・水餃子・ハムステーキ・フルーツ	カレーライス・じゃが芋のガレット・ミニトマトのマリネ	中華丼・スパサラダ・味噌汁・桃缶	ご飯・すまし汁・さつま芋の肉巻き・和風スパゲッティ・南瓜煮・フルーツ			
夕	焼おにぎり・冷やしソーメン・トマト・枝豆	ご飯・味噌汁・ハンバーグ・ミックス野菜甘酢あんかけ・漬物	ご飯・味噌汁・肉野菜炒め・和風ハンバーグ・トマトサラダ	牛丼・味噌汁・煮卵・トマト			