

グループホームアウル 11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
朝			ご飯・味噌汁・芋のチーズ焼き・大根の煮物・梅干し・子持ち昆布	ご飯・味噌汁・ミートボール・鮭焼き魚・コロッケ・豆	ご飯・味噌汁・大根、里芋の煮物・煮豆・海老カツ、たらこ・ほうれん草の胡麻和え	ご飯・味噌汁・エビシウマイ・目玉焼き・豚肉味噌漬け・シソ味噌	ご飯・味噌汁・南瓜煮・茄子味噌・ホワイトアスパラ、トビッコ和え・鯖の味噌煮・たらこ
昼			天むす・味噌汁・筑前煮・青椒肉絲・フルーツ	ラーメン・おむすび・海老カツ・ヨーグルト	パン盛り合わせ・スープ・グラタン・カレーコロッケ	焼きそば・春雨と野菜スープ・おにぎり・フルーツ	テリヤキバーガー・チキンナゲット・ミニうどん・フルーツゼリー
夕			ご飯・味噌汁・天カマの煮物・肉、野菜炒め・餃子	カツカレー・胡瓜、クラゲ和え・フルーツポンチ	うなぎ二色丼・豚バラ野菜炒め・味噌汁・漬物	ちらし寿司・三平汁・茶碗蒸し・だし巻き卵・みかん	ご飯・味噌汁・すき焼き風煮込み・煮豆・オホーツク
	6	7	8	9	10	11	12
朝	ご飯・味噌汁・切り干し大根・さばの味噌煮・玉子焼き・ベーコン炒め	トースト・海老グラタン・目玉焼き	松茸ご飯・味噌汁・海老チリ風炒め・切り干し大根のサラダ	ご飯・味噌汁・南瓜煮・塩辛・ホワイトアスパラ・煮豆	ご飯・味噌汁・ミートボール・ひじき煮・ウィンナー・梅干し	ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・しめじとウィンナー炒め・フキ、しらたき煮	ご飯・味噌汁・ホッケ煮・肉団子・南瓜コロッケ・たらこ
昼	かき揚げ丼・味噌汁・ほうれん草のおかか和え・煮豆・フルーツ	カレー・スープ・フルーツ	中華丼・野菜スープ・ゼリー・フルーツ缶	ご飯・味噌汁・ハンバーグ・フルーツ・高野豆腐、大根、人参の炒め煮・ニラのトビッコ	パン盛り合わせ・きのこのコーンスープ・じゃが芋のガレット・ゼリー、フルーツ	ご飯・味噌汁・天ぷら・豚肉と茄子、ピーマン炒め・ほうれん草のなめ茸和え	どん兵衛・おむすび・漬物・りんごのコンポート
夕	ご飯・味噌汁・海老餃子・南瓜煮・フキと竹の子の煮物	ご飯・寄せ鍋・セロリの漬物・煮豆	うなぎ・三平汁・セロリ・さつま芋・天ぷら・大根おろし	ご飯・味噌汁・青椒肉絲・麻婆豆腐・ニラの卵とじ	親子丼・味噌汁・漬物・柿	ご飯・味噌汁・鮭フライ・春雨サラダ・麻婆豆腐	すき焼き・煮豆・たくあん・味噌汁・ご飯
	13	14	15	16	17	18	19
朝	ご飯・味噌汁・納豆・玉子焼き・ウィンナー	ご飯・味噌汁・白身フライ・おふくろ煮・揚げ茄子・煮豆	ご飯・味噌汁・鯖の味噌煮・南瓜煮・目玉焼き・ウィンナー	ご飯・シュウマイ・野菜コロッケ・たくあん	パン盛り合わせ・マカロニサラダ・みかん	パン・サラダ・ほうれん草、たまごロール・みかん、柿	パン・パンブキンサラダ・だし巻き卵
昼	海鮮丼・味噌汁	ご飯・スープ・ハンバーグ・茄子の煮びたし・スパサラ・フルーツ	幕の内弁当・味噌汁	煮物弁当	お弁当	すじこご飯・ソーメン汁	牛丼
夕	ご飯・味噌汁・麻婆野菜・海老カツ・ナムル	もつ鍋・ご飯・胡瓜のなめ茸和え・みかん	仕出し弁当	エビ天丼	いなりのり巻き・味噌汁・シュウマイ・煮豆・柿	かつ丼	うなぎ丼・カップラーメン・柿
	20	21	22	23	24	25	26
朝	ご飯・たらこ・野菜コロッケ・シュウマイ・玉子焼き・柿・バナナ	パン盛り合わせ・コーンスープ	ご飯・味噌汁・肉団子・コロッケ・だし巻き卵・煮豆	ご飯・切り干し大根・サラダ・煮物・たらこ	ご飯・春雨スープ・肉団子・ほうれん草たまごロール・コロッケ・納豆	パン盛り合わせ・角煮・ゆで玉子	ご飯・たまごロール・シュウマイ・たらこ・ひじき・卵の花
昼	中華丼	カレー・シュウマイ・フルーツ	混ぜご飯・そうめん・梨、バナナ	親子丼・スープ	モスバーガー・ポテト・チキン・オニオンフライ	そばorうどん	牛丼・フルーツ・味噌汁
夕	お弁当・カップラーメン	親子丼・みかん	ご飯・フキ煮・南瓜・海老揚げ・サラダ・玉子焼き	カレーライス・豚汁	漬け丼・味噌汁・生酢	うなぎ・玉子スープ・柿、キウイ	キーマカレー・中華スープ・柿・ハンバーグ
	27	28	29	30			
朝	ご飯・味噌汁・カニクリームコロッケ・玉子焼き・煮豆・切り干し大根	のり弁当・たらこ・味噌汁・玉子焼き・アメリカンドッグ・煮豆	ご飯・味噌汁・玉子巻きほうれん草・肉団子・サンマ蒲焼き・南瓜サラダ	ご飯・味噌汁・パン・きんぴらごぼう・厚焼き玉子・南瓜サラダ			
昼	ご飯・味噌汁・ハンバーグ・ポテトサラダ	キーマカレー・アメリカンドッグ・ミニハンバーグ	親子丼・味噌汁・きんぴらごぼう・煮豆・柿	パン・カップそうめん・みかん、桃			
夕	お寿司	かき揚げ丼・野菜のつくね巻き・茶碗蒸し	ご飯・チーズハンバーグ・玉子ロール・煮豆・茶碗蒸し	ご飯・味噌汁・焼きそば・ハンバーグ・ホワイトアスパラ			