

# 予定献立表

## 寮

	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)	9月9日(金)	9月10日(土)	9月11日(日)
朝食	米飯 みそ汁(なめこ/大根) ハムと玉ねぎのケチャップ炒め キャベツ/ひじき煮物 ふりかけ	食パン ジャム マーガリン 南瓜クリームスープ ウインナ キャベツしらす卵とじ 牛乳	米飯 赤だし(白菜/豆腐) ソーセージ青梗菜のソテー ハンバーグ/キャベツ 温泉卵	米飯 みそ汁(稷/大根) 鰯の塩焼きキャベツ 金平ごぼう 牛乳	米飯 みそ汁(厚揚げ/玉ねぎ) えのきとしめじ卵とじ せんぎり煮付け キャベツ 味付け海苔	米飯 赤だし(なす/白菜) にらともやし炒め物 キャベツ/ミートボール 漬物	米飯 みそ汁(コマツナ/厚揚げ) オムレツ/キャベツ ほうれん草コーン炒め しそ昆布
昼食	鶏味噌マヨ焼き おくらおかか和え マカロニサラダ	オイスター炒め 白身フライ ほうれん草ツナマヨ	鯖竜田あげ・シューマイ ブロッコリーサラダ 中華春雨	焼肉 胡麻和え 牛蒡サラダ	フライ二種 オーロラソースかけ 明太子スパ	親子丼	ハヤシライス
夕食	米飯 イカ天/キャベツ もやしキムマヨ炒め じゃがいも煮物 オニオンスープ	米飯 豚スタミナ焼き キャベツ/チャップ煮 アスパラツナサラダ フルーツヨーグルト 味噌汁(ささがき/大根)	米飯 ミートボールのトマト煮 キャベツ/春巻き ポテトサラダ コンソメスープ	米飯 チキン南蛮/キャベツ 高菜コーンパスタ もやしレモン塩和え あさりの味噌汁	米飯 豚キムチ/キャベツ 西京焼き ピーナッツ和え 澄まし汁(わかめ/かまぼこ/麩)	米飯 中華風塩炒め/キャベツ カレーコロッケ 山芋おくらあえ 呉汁	米飯 トンカツ/キャベツ ポテトフライ 南瓜サラダ ワカメスープ

★場合によって多少メニューの変更がある場合があります。