

# 予定献立表

## 寮

	9月26日(月)	9月27日(火)	9月28日(水)	9月29日(木)	9月30日(金)	10月1日(土)	10月2日(日)
朝食	米飯 味噌汁(ナメコ/白菜) ハム玉ねぎケチャップ ひじき煮物 ふりかけ	食パン ジャム マーガリン コーンスープ スクランブルエッグ キャベツ 牛乳	米飯 赤だし(白菜/トウフ) ほうれん草チリメン炒め ハンバーグ/キャベツ 温泉卵	米飯 味噌汁(榎/大根) しめじハムとし せんぎり煮付け 牛乳	米飯 味噌汁(厚揚げ/玉ねぎ) 鯿塩焼き/キャベツ もやしにら炒めもの 味付けのり	米飯 赤だし(なす/白菜) にらもやし炒め物 キャベツミートボール 漬物	米飯 味噌汁(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	米飯 ポークチャップ クリームコロッケ もやし胡麻和え	米飯 鱈竜田揚げ/焼きギョーザ マカロニサラダ インゲンひき肉炒め	米飯 オイスター炒め ブロッコリーコーンドレあえ 大根厚揚げ煮物	米飯 鮭チーズカレー焼き シュウマイ 竹輪磯辺揚げ 金平牛蒡	米飯 鶏味噌焼き ポテトサラダ ほうれん草胡麻和え	しょうが焼き丼 又は鶏とろろ丼 又はちゃんぽん	塩豚丼
夕食	米飯 鶏から揚げねぎソース オニオンリング/キャベツ ビーフン炒め ソーメン澄まし汁	米飯 牛焼肉/キャベツ カレーコロッケ 青梗菜胡麻和え 味噌汁(あさり/大根)	米飯 チキン南蛮/キャベツ ベーコンパスタ ポテトフライ カレークリームスープ	米飯 ミートボールトマト煮 キャベツ/春巻き アスパラツナマヨ和え 味噌汁(トウフ/コマツナ)	米飯 ハンバーグ/キャベツ ナポリタン ビーンズサラダ トマトコンソメスープ	米飯 牛と牛蒡ぴりから炒め キャベツ/メンチカツ 山芋おくらあえ にらとトウフのスープ	米飯 チキンカツ/キャベツ カレーマカロニ もやしキムチ和え 味噌汁(白菜/里芋)

★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。