

# 予定献立表

## 寮

	1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)
朝食	ごはん 鮭の塩焼き 玉子焼き しそ昆布 味噌汁 野菜	ごはん ロールパン ハッシュドポテト チキンナゲット スープ 野菜 牛乳 フルーツカクテル	ごはん さばの竜田揚げ 納豆 金平ごぼう 味噌汁 野菜 牛乳	ごはん ホットドッグ フライドポテト フルーツカクテル スープ 野菜 牛乳	ごはん 若鶏の香味揚げ ひじき煮 さといもの煮物 野菜 味噌汁	ごはん ししゃも 玉子焼き しそ昆布 野菜 味噌汁 牛乳	ごはん 照り焼きチキン 納豆 ゆで玉子 野菜 味噌汁
夕食	ホイコーロー 春巻 筑前煮 野菜 味噌汁 ごはん	豚のから揚げ(テリヤキソース) 春雨サラダ 高菜スパゲッティ 野菜 味噌汁 ごはん	カレーライス ヒレカツ 野菜 味噌汁 ごはん	豚の塩ダレ焼き 五目ビーフン ごぼうサラダ 野菜 スープ ごはん	さわらのみそ焼き 鶏のてんぷら かにシュウマイ 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏の竜田揚げ ごぼうサラダ ナポリタン 野菜 味噌汁 ごはん	鶏飯 イカリング 唐揚げ 野菜 味噌汁

★毎日の朝食には梅干・海苔・ふりかけが付いています★

★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★