

予定献立表

寮

	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)	2月4日(日)
朝食	ごはん かぼちゃコロッケ ひじき煮 玉子焼き 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 鮭の塩焼き 玉子焼き 金平ごぼう 味噌汁 野菜 牛乳	ごはん 食パン ジャム・マーガリン ハンバーグ 金平ごぼう スープ 果 牛乳	ごはん ちくわのポテトフライ オムレツ しそ昆布 野菜 味噌汁	ごはん 肉団子 シューマイ ごぼうサラダ 野菜 味噌汁 牛乳	ごはん さばの照り焼き 納豆 ロースハム 野菜 味噌汁
夕食	ささみチーズカツ マーボー豆腐 スパサラ 野菜 味噌汁 ごはん	牛肉の焼肉風いため ほうれん草とコーンの和え物 ごぼうの唐揚げ 野菜 味噌汁 ごはん	かき揚げうどん 肉団子 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏の唐揚げ ポテトサラダ ギョーザ 野菜 スープ ごはん	和風ハンバーグ 鶏むねとオクラのマヨネーズ和え 肉じゃが 野菜 味噌汁 ごはん	チンジャオロース ミニグラタン 茄子の煮浸し 野菜 味噌汁 ごはん	トンカツ 明太スパゲッティ ブロッコリーとコーンの和え物 野菜 味噌汁 ごはん

★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★