

予定献立表

寮

	10月30日(月)	10月31日(火)	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)	11月5日(日)
朝食	ごはん 納豆 卵焼き ひじき 味噌汁 野菜	ごはん 食パン ジャム・マーガリン オムレツ ハム 野菜 トマト スープ 牛乳	ごはん さばの照り焼き ピーマンの焼き浸し 金平ごぼう 味噌汁 野菜	ごはん ハンバーガー コーンマヨネーズ和え フライドポテト トマト ポテトフライ 野菜 牛乳	ごはん 照り焼きチキン オクラの塩昆布和え ゴボウサラダ 味噌汁 野菜	ごはん ロールパン ハンバーグ さつま揚げ 野菜 スープ 牛乳	ごはん さんまみぞれ煮 温泉玉子 しそ昆布 味噌汁 野菜
夕食	ホイコーロー ブロッコリーサラダ 金平ごぼう 野菜 味噌汁 ごはん	おでん イカの唐揚げ - 味噌汁 ごはん	若鶏もものグリル 五目ピーフン フライドポテト 野菜 味噌汁 ごはん	豚のしょうが焼き ミニグラタン レンコンサラダ 野菜 スープ ごはん	さばの利休焼き コロッケ マーボー春雨 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏の唐揚げ 明太子スパ ひじき 野菜 味噌汁 ごはん	ポークカレー ツナとほうれん草のサラダ 豚汁 野菜

★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★