

# 予定献立表

## 寮

	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)
朝食	ごはん 鮭の塩焼き 卵焼き ひじき煮 味噌汁 野菜	ごはん 食パン ジャム・マーガリン かぼちゃとミンチのフライ ウィンナー スープ 野菜 牛乳	ごはん 豆腐ハンバーグ オクラの昆布和え ハム 味噌汁 野菜	ごはん ハンバーガー スクランブルエッグ フライドポテト トマト・レタス 野菜 スープ 牛乳	ごはん かぼちゃの煮つけそばあんかけ 温泉玉子 しそこんぶ 野菜 スープ 牛乳	ごはん ギョロツケ 金平ごぼう オムレツ 野菜 スープ 牛乳	ごはん 納豆 肉団子 明太子 野菜 スープ
夕食	牛肉の焼肉風炒め ツナとコーンのサラダ 長芋のおかか和え 野菜 味噌汁 ごはん	烏天 マーボー豆腐 春雨サラダ 野菜 味噌汁 ごはん	カレーライス ゴボウサラダ うずら串のフライ 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏のグリル和風ソース ちくわのポテトフライ ひじき煮 野菜 スープ ごはん	ホイコーロー 長芋フライ 鯖の塩焼き 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏の唐揚げ 明太子スパ 那須の煮びたし 野菜 味噌汁 ごはん	豚の塩ダシ炒め 紅白酢の物 春巻き 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★