

# 予定献立表

## 寮

	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	2月16日(金)	2月17日(土)	2月18日(日)
朝食	ごはん 鮭の塩焼き 玉子焼き ひじき煮 野菜 味噌汁	ごはん Rパン シャム・マーガリン かぼちゃとミンチのフライ ウィンナー・ヨーグルト 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 フルーツカクテル スープ 野菜 牛乳	ごはん かぼちゃの煮つけそぼろあんかけ 温泉玉子 しそこんぶ 野菜 味噌汁 牛乳	ごはん ギョロツケ 金平ごぼう オムレツ 野菜 味噌汁 牛乳	ごはん 納豆 肉団子 明太子 野菜 スープ ヨーグルト
夕食	牛肉の焼肉風炒め ツナとコーンのサラダ 長芋の短冊上げ 野菜 味噌汁 ごはん	鶏天 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 ごぼうサラダ うずら串のフライ 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏のグリル 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 オクラの利休揚げ さばの塩焼き 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏の唐揚げ 明太子スパ 茄子の煮浸し 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★