

# 予定献立表

## 寮

	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)	2月24日(土)	2月25日(日)
朝食	ごはん さばの竜田揚げ 玉子焼き 金平ごぼう 野菜 味噌汁	ごはん 食パン シャム・マーガリン オムレツ 野菜コロッケ スープ 野菜 フルーツカクテル 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 シューマイ 味噌汁 野菜	ごはん ホットドッグ フライドポテト 野菜 味噌汁 牛乳 ヨーグルト	ごはん 秋刀魚のみぞれ煮 竹の子の土佐煮 しそこんぶ 野菜 味噌汁 牛乳	ごはん 照り焼きチキン スパゲッティサラダ ゆで卵 野菜 味噌汁 牛乳	ごはん 納豆 玉子焼き 明太子 野菜 スープ ヨーグルト
夕食	照り焼きハンバーグ 温泉玉子 フライドポテト 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏の竜田揚げ ごぼうサラダ 筑前煮 野菜 味噌汁 ごはん	ミートスパゲッティ イカリングから揚げ ポテトサラダ 野菜 味噌汁 ごはん	若鶏のチーズ焼き もやしナムル 春巻き 野菜 スープ ごはん	とんかつ ソース焼きそば レンコンサラダ 野菜 味噌汁 ごはん	さわらのみそ焼き 肉じゃが ひじきサラダ 野菜 味噌汁 ごはん	ささみチーズカツ ギョーザ マーボー春雨 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★