

# 予定献立表

## 寮

	2月22日(月)	2月23日(火)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)	2月27日(土)	2月28日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 ぶりの照り焼き 焼売 チンゲン菜卵とし 納豆 梅干し	牛乳 パン スープ ウインナーもやし炒め スクランブルエッグ ナポリタン ごはん280g	ごはん280g 赤だし ギョロツケ ちりめんチンゲン菜炒め ミートボール 温玉 漬物	牛乳 ごはん280g 味噌汁 魚肉ソーセージフリッター ニラもやし炒め 玉子ロール 味付海苔	ごはん280g 味噌汁 さばの塩焼き ほうれん草コーン炒め 焼きそば 納豆 ふりかけ	ごはん280g 赤だし アスパラベーコン キャベツ 卵焼き 千切り大根 サケフレーク	ごはん280g 味噌汁 ミニハンバーグ キャベツ ほうれん草ゴマ和え 金平ごぼう しそ昆布
昼食	カツ丼 OR 肉あんかけ丼 OR 塩親子丼	生姜焼き丼 OR かき揚げ丼 OR 豚キムチ丼	ソースチキンカツ丼 OR ビビンバ丼 OR ポークチャップ丼	ベーコンエッグ丼 OR マーボー丼 OR 鶏エスニック丼	ご飯 漬物 チキン南蛮 ひじきの煮物 大根・人参甘酢和え	カレー	カレーうどん
夕食	ごはん280g けんちん汁 鶏・白菜キムチ炒め キャベツ フライドポテト 厚揚げ生姜醤油煮	ごはん280g 豚汁 牛みぞれ煮炒め キャベツ ほうれん草ツナマヨ和え ミニシュー	ご飯 スープ 蒸し鶏ゴマ醤油煮 高菜/パスタ 肉じゃが フルーツヨーグルト	ごはん280g アサリ汁 豚キャベツポン酢炒め キャベツ パンプキン イカ・オクラ和え	ごはん280g けんちん汁 牛肉のごぼう炒め キャベツ・トマト ゲソのから揚げ 鶏肉のレンコン煮	ごはん280g けんちん汁 メンチカツ キャベツ・レタス マカロニ 巾着・大根煮	ごはん280g 豚汁 鶏みそ焼き キャベツ ツナレタスマヨ和え フルーツポンチ

★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★