

予定献立表

寮

	2月8日(月)	2月9日(火)	2月10日(水)	2月11日(木)	2月12日(金)	2月13日(土)	2月14日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 アジの塩焼き 焼売 ハウレン草ゴマ和え 納豆 漬物	牛乳 パン スープ アスパラベーコン 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 柳葉魚フリッター 焼きそば ひじき 温玉 梅干し	ごはん280g 味噌汁 魚肉ソーセージチンゲン菜炒め キャベツ オニオンリング ひじき しそ昆布	ごはん280g 味噌汁 さばの塩焼き 卵焼き ニラもやし炒め 納豆 梅干し	ごはん280g 赤だし ハッシュドポテト キャベツ ちりめんチンゲン菜炒め 千切り大根 サケフレーク	ごはん280g 味噌汁 ウインナーソテー キャベツ ミートボール 金平ごぼう ふりかけ
昼食	豚カツ マカロニサラダ かぼちゃサラダ ごはん 漬物	鮭のレモンマヨ焼き 野菜コロッケ 白菜戸かにかまの コールスローサラダ ご飯 漬物	酢鶏 高野豆腐卵とじ ブロッコリーの和風 ドレッシング和え ご飯 漬物	牛丼	チキン南蛮 ごぼうとコンニャク金平 チンゲン菜とコーンのゴマ和え ご飯 漬物	生姜焼き丼	うどん
夕食	ごはん280g けんちん汁 豚・高菜もやし炒め キャベツ・トマト ツナレタスマヨ和え イカ・オクラ和え	ごはん280g 豚汁 牛すき焼き風炒め キャベツ スパサラ 肉団子塩ダレ煮	ごはん280g スープ 豚角煮 レタス・トマト 肉じゃが 玉子ドーナツ	ごはん280g 豚汁 チンジャオロース キャベツ メヒカリ唐揚げ フルーツポンチ	ごはん280g アサリ汁 豚・きのこバター炒め キャベツ マカロニカレー風味 ゴマ団子	ごはん280g けんちん汁 鶏ささみスティック揚げ キャベツ 高菜パスタ ぶどうヨーグルト	ごはん280g 豚汁 鶏肉チャンプ煮 キャベツ ハウレン草ツナマヨ和え かぼちゃ煮



2月1日(月)



2月2日(火)



2月3日(水)



2月4日(木)



2月5日(金)



2月6日(土)

※画像は先週の
夕食の写真です。