

予定献立表

寮

	2月29日(月)	3月1日(火)	3月2日(水)	3月3日(木)	3月4日(金)	3月5日(土)	3月6日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 さばの塩焼き ニラ卵とじ ミートボール 納豆 漬物	牛乳 ホットケーキ スープ ベーコンほうれん草炒め スクランブルエッグ バナナ ごはん280g	ごはん280g 赤だし イカ・チンゲン菜炒め オニオンリング ひじき 温玉 梅干	牛乳 ごはん280g 味噌汁 オムレツ ナポリタン 金平ごぼう ふりかけ	ごはん280g 味噌汁 鮭の塩焼き えのき・しめじ卵とじ 焼売 納豆 ふりかけ	ごはん280g 赤だし ウインナーソテー キャベツ ニラ・もやし炒め 卵焼き 味付海苔	ごはん280g 味噌汁 シシャモ キャベツ ちくわ・チンゲン菜卵とじ 千切り大根 サケフレーク
昼食	豚たれ炒め温玉丼 海鮮あんかけ丼 焼き鳥丼	生姜焼き丼	鯖竜田揚げ 筑前煮 中華春雨 ご飯 漬物	豚味噌焼き 野菜コロケ ほうれん草卵炒め ご飯 漬物	チキン南蛮 切干大根とハムの煮物 ブロッコリー胡麻和え ご飯 漬物	鶏ゴマダレ丼 OR そぼろ丼 OR 塩豚丼	牛丼
夕食	ごはん280g けんちん汁 豚・玉葱甘酢炒め キャベツ スパサラカレー風味 肉団子大根煮	ごはん280g 豚汁 牛焼肉 キャベツ ツナコーンマヨ和え 揚げ出したご焼き	カツカレー 鴨サラダ ナタデココヨーグルト	チラシ寿司 アサリ汁 唐チリ キャベツ・トマト ベーコンポテト スティック大学芋	ごはん280g スープ 豚ハラミ味噌ニラ炒め キャベツ ツナ・きゅうりマヨ和え 厚揚げ大根煮	ごはん280g けんちん汁 鶏肉ガーリックバター炒め キャベツ・トマト スパゲッティー オクラ山芋和え	ごはん280g 豚汁 ミックスフライ キャベツ ほうれん草コーンマヨ和え 杏仁ヨーグルト

★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★