

予定献立表

寮

	3月7日(月)	3月8日(火)	3月9日(水)	3月10日(木)	3月11日(金)	3月12日(土)	3月13日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 ぶりの照焼き 蒲鉾もやし卵とじ ひじき 納豆 梅干し	牛乳 パン スープ ハムソテー スクランブルエッグ ホウレン草コーン炒め ごはん280g	ごはん280g 赤だし アスパラベーコン ちりめんチンゲン菜炒め ハッシュドポテト 温玉 始祖昆布	牛乳 ごはん280g 味噌汁 魚肉ソーセージフリッター 焼きそば ちくわもやし炒め ふりかけ	ごはん280g 味噌汁 アジの塩焼き ミートボール ニラ・もやし卵とじ 納豆 漬物	ごはん280g 赤だし オムレツ キャベツ ナポリタン オニオンリング サケフレーク	ごはん280g 味噌汁 ウインナーもやし炒め キャベツ 金平ごぼう 卵焼き 味付海苔
昼食	メンチカツ 里芋コンソメ煮 春雨サラダ	鯖煮つけ 揚げギョーザ 人参サラダ	鶏天 インゲンと糸コンの煮物 大根の中華和え	とろ卵肉丼 高野豆腐卵とじ 小松菜胡麻和え	チキン南蛮 きんぴらごぼう 白菜とハムのサラダ	焼肉丼	中華丼
夕食	ごはん280g 豚汁 チンジャオロース キャベツ・レタス マカロニ イカ・大根煮	ごはん280g けんちん汁 豚肉・茄子味噌炒め キャベツ ポテサラ 肉団子塩ダレ煮	ごはん280g スープ デミグラスハンバーグ レタス・トマト スパゲッティー フルーツヨーグルト	ごはん280g アサリ汁 鶏皮ギョーザ キャベツ ツナレタスマヨ和え 麻婆豆腐	ごはん280g けんちん汁 牛すき焼き炒め キャベツ ベーコンポテト イカ・オクラ和え	ごはん280g 豚汁 豚みそ焼き キャベツ パンプキン ゴマ団子	ごはん280g 豚汁 鶏肉チャップ煮 キャベツ スパサラ 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★