

# 予定献立表

## 寮

	3月28日(月)	3月29日(火)	3月30日(水)	3月31日(木)	4月1日(金)	4月2日(土)	4月3日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 アジの塩焼き ミートボール ほうれん草ゴマ和え 納豆 始祖昆布	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 ナポリタン ごはん280g	ごはん280g 赤だし イカチンゲン菜炒め ハッシュドポテト 千切り大根 温玉 漬物	牛乳 ごはん280g 味噌汁 魚肉ソーセージチャップ卵とし 金平ごぼう ほうれん草コーン炒め 味付け海苔	ごはん280g 味噌汁 赤魚西京焼き えのき・しめじ卵とし オニオンリング 納豆 梅干し	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 サケフレーク	ごはん280g 味噌汁 ギョロッケ キャベツ ちりめんチンゲン菜炒め 焼売 ふりかけ
昼食	焼肉丼	牛とじ丼 OR ねぎ塩丼	豚生姜温玉丼 OR 野菜館かけ皿うどん	鶏ゴマダレ丼 OR ピビンバ丼 OR ポークチャップ丼	鶏とろろ丼	豚トロ丼 OR 肉あんかけ丼 OR 焼き鳥丼	うどん
夕食	ごはん280g 豚汁 豚・アスパラマヨネーズ和え キャベツ フライドポテト イカ・オクラ和え	ごはん280g けんちん汁 牛すき焼き風炒め キャベツ マカロニ 揚げ出したご焼き	唐揚げカレー ミートスパゲッティ サラダ フルーツヨーグルト	ごはん280g スープ 鶏・茄子味噌炒め キャベツ ツナ・ほうれん草マヨ和え 肉団子・大根煮	ごはん280g アサリ汁 チンジョオロース キャベツ 明太パスタ 揚げ出し茄子	ごはん280g けんちん汁 野菜炒め キャベツ コロッケ 麻婆豆腐	ごはん280g 豚汁 ミックスフライ 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★