

予定献立表

寮

	4月25日(月)	4月26日(火)	4月27日(水)	4月28日(木)	4月29日(金)	4月30日(土)	5月1日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 竹輪・ほうれん草炒め ミートボール オクラゴマ和え 納豆 梅干し	牛乳 ホットケーキ 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 さばの塩焼き 焼売 金平ごぼう 温玉 始祖昆布	牛乳 ごはん280g 味噌汁 魚肉フリッター ちりめんチンゲン菜炒め ひじき ふりかけ	ごはん280g 味噌汁 イカ・チンゲン菜炒め ハッシュドポテト 千切り大根 納豆 漬物	ごはん280g 赤だし 赤魚西京焼き キャベツ 卵焼き ニラ・もやし炒め サケフレーク	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
昼食	豚高菜丼	白身魚フライ 餃子 ブロッコリーマヨサラダ ご飯 漬物	酢鶏 千切り大根煮者 チンゲン菜ゴマ和え ご飯 漬物	豚胡麻風味揚げ 厚揚げ、人参煮物 スパサラダ ご飯 漬物	親子丼	ベーコンエッグ丼 OR ねぎ塩豚丼 OR 焼き鳥丼	マーポー丼
夕食	ごはん280g けんちん汁 牛焼肉 キャベツ ジャーマンポテト ブロッコリーコーンマヨ和え	ごはん280g 豚汁 生姜焼き キャベツ ほうれん草ツナマヨ和え 揚げ出し茄子	炊き込みご飯 スープ 豚トロ炒め スパサラ レタス・水奈トマトサラダ ナタデココヨーグルト	ごはん280g アサリ汁 さんまの塩焼き キャベツ コロッケ 鶏・大根煮	ごはん280g けんちん汁 鶏のみそ焼き キャベツ マカロニからしマヨ和え 山芋・オクラ和え	ごはん280g 豚汁 とんかつ キャベツ・トマト ほうれん草コーンマヨ和え 厚揚げ大根煮	メンチカツ 鯖の生姜煮 厚揚げと人参の煮物 大根、薄上げの味噌汁 ごはん

★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★