

予定献立表

寮

	1月25日(月)	1月26日(火)	1月27日(水)	1月28日(木)	1月29日(金)	1月30日(土)	1月31日(日)
朝食	ごはん280g 味噌汁 アジ塩焼き 竹の子の土佐煮 玉子ロール 納豆 梅干	パン スープ 魚肉ソーセージチャップ卵とし 牛乳 ナポリタン バナナ ごはん280g	ごはん280g さば照焼き キャベツ ホウレン草コーン炒め オニオンリング 温玉 しそ昆布	ごはん280g 味噌汁 ちくわチンゲン菜炒め 牛乳 ミートボール ひじき ふりかけ	ごはん280g 味噌汁 さば塩焼き 焼売 えのき・しめじ卵とし 納豆 梅干	ごはん280g 赤だし ギョロツケ キャベツ ちりめんチンゲン菜炒め 玉子焼き サケフレーク	ごはん280g 味噌汁 ハムソテー ニラ玉子とし 焼きそば 漬物 味付け海苔
昼食	磯風味鶏から揚げ 里芋そぼろ煮 春雨サラダ	ベーコンエッグ丼 中華丼 - 焼き鳥丼	ピリ辛牛丼	豚高菜丼	ミートボールトマト煮 ホウレン草焙り玉子炒め ポテトサラダ	豚トロ丼 ビビンバ丼 親子丼	うどん
夕食	ごはん280g けんちん汁 牛肉・茄子みそ炒め キャベツ・トマト メヒカリの唐揚げ マロンドーナツ	ごはん280g 豚汁 鶏肉・白菜中華炒め キャベツ スパサラカレー風味 イカ・オクラ和え	ごはん280g スープ 豚トロニラ・もやし炒め ベーコンポテト ミートスパ ナタデココヨーグルト	ごはん280g けんちん汁 ミックスフライ キャベツ ポテサラ 鶏肉レンコン煮	ごはん280g アサリ汁 お好み焼き キャベツ グソから揚げ 肉団子大根煮	ごはん280g けんちん汁 キャベツ ツナレタスマヨ和え ロールキャベツ	ごはん280g 豚汁 鶏唐甘酢和え キャベツ ホウレン草コーンマヨ和え 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★