

食堂メニュー表

《メニュー期間》
`23.10月~12月



	月	火	水	木	金	土	日
朝食	ご飯 しじみの味噌汁 サバの塩焼き チャーマンポテト 納豆 野菜サラダ 漬物 ふりかけ	ご飯 しじみの味噌汁 サワラの照り焼き 青梗菜とさつま揚げの炒め物 ツナごぼうサラダ 生野菜 漬物 ふりかけ	ご飯 しじみの味噌汁 プレーンオムレツ エンドウとベーコンのソテー スパゲティサラダ 生野菜 漬物 ふりかけ	ご飯 しじみの味噌汁 きのこチャンプルー じゃが芋のコンソメ煮 野菜とウインナーのソテー 生野菜 漬物 ふりかけ	ご飯 しじみの味噌汁 厚焼き玉子 ベーコンとほうれん草のスパソテー 里芋のマヨサラダ 生野菜 漬物 ふりかけ	パン オニオンスープ マカロニサラダ ミートボール 生野菜 フルーツ缶 ミルージュ ジャム	パン コンソメスープ ポイルウインナー スクランブルエッグ 生野菜 フルーツ缶 ヨーグルト ジャム
昼食	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 生野菜 インゲンと炒り卵の和え物 ナポリタン	鶏そぼろ丼 味噌汁 バンサンスー ぶどうゼリー	ご飯 味噌汁 鶏の竜田揚げ 生野菜 カリフラワーピクルス 切干大根煮	牛丼 味噌汁 サンちゃん元気サラダ プリン	ご飯 味噌汁 デミソースハンバーグ さつま芋サラダ 揚げとひじきの炒め煮	芋ゴロゴロカレー コールスローサラダ コーンコロッケ オレンジゼリー	ホイコーロー丼 味噌汁 春巻き ブロッコリーの胡麻和え ヤクルト
夕食	ご飯 味噌汁 鶏のレモン焼 生野菜 切り昆布煮 南瓜サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 生野菜 枝豆とひじきの炒め煮 ポテトサラダ フルーツ	ご飯 けんちん汁 サバの包み焼 五目煮豆 白菜の磯香和え フルーツ	ご飯 さつま汁 クリームコロッケ 生野菜 チリコンカン ほうれん草の錦糸和え フルーツ	ご飯 中華スープ アジフライ 生野菜 ほうれん草ともやしのナムル ポークビーンズ フルーツ	ご飯 味噌汁 トンカツ 生野菜 人参しりしり きんぴらごぼう フルーツ	ご飯 味噌汁 ガリパタチキン 生野菜 がんとさつま芋の甘辛煮 春雨マヨサラダ フルーツ

