

食堂メニュー



NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
8月(1・7・13・19・25・31日)	8月(2・8・14・20・26日)	8月(3・9・15・21・27日)	8月(4・10・16・22・28日)	8月(5・11・17・23・29日)	8月(6・12・18・24・30日)

朝食

ポテトのツナソテー	野菜とチキンのトマト煮	サバの塩焼き	ポテトのツナソテー	野菜とチキンのトマト煮	サバの塩焼き
ミートボール	スクランブル	ウインナー	ミートボール	スクランブル	ウインナー
切干大根煮	ひじき煮	きんぴらごぼう	切干大根煮	ひじき煮	きんぴらごぼう
青菜と油揚げの味噌汁	玉葱ときのこの味噌汁	いんげんと玉葱の味噌汁	青菜と油揚げの味噌汁	玉葱ときのこの味噌汁	いんげんと玉葱の味噌汁

ごはん ・ パン ・ ふりかけ ・ 漬物 ・ 温野菜または生野菜 ・ 納豆 ・ ジャム ・ フリードリンク

昼食

豚のみそ炒め	白身フライ	鶏肉と野菜のソテー	豚のみそ炒め	白身フライ	鶏肉と野菜のソテー
菜の花のお浸し	キャベツときのこの和え物	もやしときくらげの香味和え	菜の花のお浸し	キャベツときのこの和え物	もやしときくらげの香味和え
カボチャの煮物	茄子の冷やし煮	ブロッコリーのトマト煮	カボチャの煮物	茄子の冷やし煮	ブロッコリーのトマト煮
冷やし中華	春雨ヌードル (チキン)	赤味噌だれの混ぜうどん	冷やし塩ラーメン (柚子こしょう風味)	春雨ヌードル (シーフード)	キスの天ぷら冷やしうどん
黒糖ゼリー	パイナップル&みかん缶	黒糖ゼリー	パイナップル&みかん缶	黒糖ゼリー	パイナップル&みかん缶

ごはん ・ ふりかけ ・ 漬物 ・ 温野菜または生野菜 ・ フリードリンク

夕食

塩マーボー豆腐	菜飯	肉豆腐	枝豆ごはん	味噌マーボー豆腐	わかめごはん
こんにゃくピリ辛炒め	野菜のビーフン	チャプチェ	こんにゃくピリ辛炒め	野菜のビーフン	チャプチェ
フライドチキン	アジフライ	ささみしそ巻きフライ	フライドチキン	アジフライ	ささみしそ巻きフライ
がんもの煮物	お魚豆腐のカレー焼き	たけのこのみそ炒め	がんもの煮物	お魚豆腐のカレー焼き	たけのこのみそ炒め
ごぼうと人参の味噌汁	わかめと大根の味噌汁	小松菜とキャベツの味噌汁	ごぼうと人参の味噌汁	わかめと大根の味噌汁	小松菜とキャベツの味噌汁
ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー

ごはん ・ ふりかけ ・ 漬物 ・ 温野菜または生野菜 ・ フリードリンク