

# 週間寮食献立表 ( 12/9 ~ 12/15 )

	土	日	月	火	水	木	金
	12/9	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15
朝	ご飯 エビよせフライ チャーシュー 生野菜 納豆・漬物 生揚げの味噌汁 オレンジ	ご飯 炒り卵 バジルチキン 昆布和え・海苔佃煮 油揚げの味噌汁 バナナ ヨーグルト	ご飯 キャベツと鶏肉の ピリ辛味噌炒め ウインナーベーコン巻 即席漬け・漬物 麩の味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き マグロスティック ボイルサラダ 漬物・味付けなめたけ わかめの味噌汁 オレンジ	バターロール ス克蘭ブルエッグ ベーコンソテー コールスローサラダ シーフードスープ プチトマト 牛乳	ご飯 厚焼き卵 ピリ辛炒り煮 コールスロー 梅干し 生揚げの味噌汁 ヤクルト	ブルーベリーパン オムレツ ウインナーポテト 野菜サラダ コーンポターージュ オレンジ 牛乳
昼	あんかけ焼きそば きのこ春巻 海藻サラダ りんご プリン	すき焼き丼 おかか和え 磯辺ジャコ かきたま汁 牛乳	ご飯 揚げ豆腐と竹輪の 肉味噌あんかけ 煮びたし すいとん汁 りんご ヨーグルト	ご飯 プルコギ風焼き肉 磯ジャコ大豆 中華サラダ ふんわり卵スープ みかん 牛乳	ご飯 白身魚の甘酢あんかけ コーンクリームコロッケ 和風サラダ 里芋の味噌汁 りんご ヨーグルト	ご飯 焼き餃子 華風サラダ 中華スープ プチトマト 牛乳	ご飯 焼き肉 ほうれん草のチーズ和え ピリ辛ジャコ 豆腐の味噌汁 りんご ヨーグルト
夕	ご飯 豚肉の味噌漬焼き 切干大根の煮付け キャベツのゆかり和え 玉ねぎの味噌汁 野菜ジュース	ご飯 魚のから揚げ じゃが芋の挽肉炒め 野菜サラダ なめこの味噌汁 みかん	ご飯 鮭のチャンチャン焼き 明太マカロニ 寒天サラダ もやしの味噌汁 ヤクルト	コーンバターライス 鶏のから揚げ 添えレタス マカロニサラダ ポトフ りんご 飲むヨーグルト	ご飯 豆腐ハンバーグ ごぼうのサクサク揚げ 青梗菜の和えもの 石狩汁 ヤクルト	ご飯 豚の生姜焼き 五目ひじき 大根サラダ 小松菜の味噌汁 ジョア	ご飯 焼き魚 天ぷら 蓮根サラダ 澄まし汁 みかん

\* 各館でメニューが異なる場合があります