

# 週間寮食献立表 ( 6/24 ~ 6/30 )

	土	日	月	火	水	木	金
	6/24	25	26	27	28	29	30
朝	ご飯 <small>キャベツとベーコンの炒め物</small> イカナゲット <small>鮭フレークのおろし添え</small> 漬物 白菜の味噌汁 オレンジ 牛乳	ご飯 和風炒り卵 ポークシュウマイ キャベツサラダ 明太キャロット 玉ねぎの味噌汁 グレープフルーツ	ご飯 目玉焼き ウィナーソテー レタスサラダ 昆布佃煮 豆腐の味噌汁 オレンジ	ご飯 炒り鶏 焼き魚 海苔梅 二色スロー 漬物 しめじの味噌汁 グレープフルーツ	食パン スクランブルエッグ ベーコンソテー パプリカサラダ スライスチーズ シーフードスープ オレンジ 牛乳	ご飯 ハムエッグ 高野そぼろ 即席漬け 明太キャロット もやしの味噌汁 グレープフルーツ ヨーグルト	ぶどうパン チーズ入りオムレツ フランクフルトソテー レタスサラダ コンソメスープ オレンジ 牛乳
昼	ソース焼きそば 珍珠丸子 小魚 味噌きゅうり 野菜ジュース	シーフードピラフ コーンコロケ 野菜サラダ コーンスープ プチトマト 牛乳	ご飯 とりマヨから揚げ 中華サラダ タイピーエン 甘夏 プリン	わかめご飯 <small>カツオとじゃが芋の揚げ煮</small> 和風サラダ 辛味ジャコ 豚汁 オレンジ 牛乳	温玉カレー <small>ささみのレモンソース和え</small> ブロッコリーサラダ プチトマト ヨーグルト	辛味チャーハン 焼き餃子 ビーフンサラダ わかめスープ フルーツミルク杏仁 牛乳	ちらし寿司 鱈竜田揚げ 磯香和え 澄まし汁 夏越し団子 野菜ジュース
夕	ご飯 豚肉のかわり揚げ 昆布大豆煮 大根サラダ なめこの味噌汁 甘夏	ご飯 魚のから揚げ <small>ごぼうと鶏のニンニク味噌炒め</small> 青梗菜のおかか和え 凍り豆腐の味噌汁 果物缶 ヨーグルト	ご飯 <small>揚げ豆腐の肉味噌あんかけ</small> 明太磯ポテト 即席漬け <small>青菜と油揚げの味噌汁</small> 美生柑 飲むヨーグルト	ご飯 ハンバーグ 混合ソース 織キャベツ マカロニサラダ コーンソテー もずくの味噌汁 ジョア	ご飯 アジフライ 彩和え 納豆 昆布きゅうり 麩の味噌汁 甘夏	ご飯 豚肉の味噌炊き かみかみサラダ 揚げじゃこ大豆 小松菜の味噌汁 美生柑	ご飯 カリカリチキンの葱ソース がんもの煮付け 味噌きゅうり しめじの味噌汁 プチトマト

\* 各館でメニューが異なる場合があります