

# 1・2・3月 食堂メニュー



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

朝食						
主菜	さつま揚げ煮	ポイルウィンナー	蒸し焼売	甘酢肉団子	ポイルウィンナー	蒸し焼売
主菜	スクランブルエッグ	オムレツ	いり卵	厚焼き玉子	スクランブルエッグ	オムレツ
副菜	ひじき煮	切干大根	塩きんぴら	ひじき煮	切干大根	塩きんぴら
副菜	スパゲティサラダ	マカロニサラダ	スパゲティサラダ	マカロニサラダ	スパゲティサラダ	マカロニサラダ
汁物	ごぼうの味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁	ごぼうの味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁
共通	ごはん・パン・佃煮・ゆかり・漬物・サラダ・納豆・ジャム・フリードリンク(オレンジジュース・りんごジュース・コーヒー・ウーロン茶)					

昼食						
主食	ミートソースパスタ	塩焼きそば	キムチ風味焼うどん	スパゲティナポリタン	ソース焼きそば	野菜とビーフンの中華炒め
主菜	メンチカツ	チキンチキンごぼう	ビーマン肉詰めフライ	鶏肉の竜田揚げ	サーモンフライ	コロック
主菜	ツナと野菜の炒め	豚肉入り野菜炒め	ポテトのミートソース焼き	ポトフ風煮	回鍋肉	大根と牛すじの煮物
副菜	厚揚げの煮物	かぼちゃの煮物	もやしの香味和え	肉豆腐	さつま芋のレモン煮	青菜のお浸し
副菜	パンプキンサラダ	ポテトサラダ	パンプキンサラダ	ポテトサラダ	パンプキンサラダ	ポテトサラダ
汁物	コーン入り中華スープ	わかめスープ	青菜のすまし汁	コーン入り中華スープ	わかめスープ	トマトスープ
共通	ごはん・ゆかり・漬物・サラダ・フリードリンク(コーヒー・ウーロン茶)					

夕食						
主食	大豆ミートのキーマカレー	ハヤシライス	マーボー豆腐あんかけご飯	カレーライス	五目野菜あんかけご飯	豆乳シチュー
主菜	ハムカツ	一口とんかつ	フライドポテト	チキンカツ	ハムサラダフライ	フライドチキン
主菜	野菜とチキンの中華煮	ミートボールの照焼き	照焼きハンバーグ	野菜とチキンのトマト煮	デミグラスソースハンバーグ	さばの塩焼き
副菜	白菜のうま煮	キャベツのペペロンソテー	こんにゃくの甘辛炒め	ジャーマンポテト	白菜のキムチ煮	ミートボールのトマトソース煮
副菜	豆のイタリアンサラダ	花野菜キャロットソースサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	豆のキャロットソースサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうのキャロットソースサラダ
汁物	大根の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁	大根の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁
共通	ごはん・ゆかり・漬物・サラダ・デザート(ゼリー)・フリードリンク(コーヒー・ウーロン茶)					

\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。  
\*ご利用日の食堂の総利用者が規定数(10食)に満たない場合は、ご提供方法を変更させて頂く場合がございます。