

〇〇 2020年 9月 献立表 〇〇

[常食]

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)	
朝食	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(小松菜)	ご飯 牛乳 キムチ みそ汁(大根)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(豆腐とワカメ)	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁(きのこ)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(たまねぎ)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ツナマヨ ヨーグルト	
昼食	ご飯 鶏肉から揚げ 付け合わせ 切り干し大根の炒め マカロニサラダ・日	ご飯 鶏の照り焼き じゃが芋のたらこあえ コロッツ焼き 揚げたご焼き	フィッシュバーガー ペンネポロネーゼ ほぐし鶏ときゅうりのゴマ チーズドッグ(1本) フルーツ	ご飯 西京焼き きゅうりごま和え 豚角煮 ゴロツとさつま揚げ	おにぎり 冷やし中華 スイートポテト	ビビンバ寮 わかめスープ 梨	
夕食	ご飯 ポテトコロッケ 野菜サラダ コンソープ	ご飯 棒棒鶏 揚げ豆腐そぼろあん コンフィ	ご飯 すき焼き風煮 きゅうりとツナの群の物 しそ巻き棒餃子	ご飯 鶏肉のホイル味噌焼き 春雨サラダ コーヒーゼリー	ご飯 ビーマンの肉詰め焼き 野菜サラダ フライドポテト	ご飯 さけフライ 野菜のフライ 冷しゃぶ炒め	
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	
朝食	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(豆腐とワカメ)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 キムチ みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 納豆 たまねぎ味噌汁	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁(きのこ)	ご飯 牛乳 ふりかけ みそ汁(小松菜)	食パン(マーガリン) 牛乳 スライスチーズ1枚 サラダ
昼食	ご飯 チキンソテー 付) ゆでブロッコリー スパニッシュオムレツ いわしのトマト煮	ご飯 ムニエル(さけ) なすミートグラタン半分 高菜じゃこパスタ	ご飯 豚肉しょうが焼き ビーマンのソテー 揚げたご焼き にら玉	ロールサンド(ウイナー) ロールサンド(たまご) 手羽先揚げ甘辛煮 スパゲティサラダ りんご	ご飯 千種焼き きゅうりごま和え 牛バーベキューソース 煮豆	揚げパン 血うどん みかん	焼き鳥井 鶏ごぼう伊州煮付け みそ汁(なめこ)
夕食	ご飯 豚の細切り炒め ひややっこ1 中華コンソープ	ご飯 筑前煮 きゅうりとツナの群の物 冷そうめん(小鉢)	ご飯 チキン南蛮 付) レタスとトマト 甘辛ジャーマンポテト 冷)ゼリー	ご飯 さばの味噌煮 カリカリベーコンサラダ	ご飯 ブルコゴ たくあん和え 春巻き	ご飯 若鶏のクリーム煮 ポテトサラダ コーヒーゼリー	ご飯 チーズハンバーグ 野菜サラダ ポテト炒め
	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	
朝食	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(豆腐とワカメ)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 キムチ みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 納豆 たまねぎ味噌汁	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁(きのこ)	ご飯 牛乳 ウィンナー(朝) みそ汁(小松菜)	クロワッサン 牛乳 サラダ インスタントスープ
昼食	ご飯 魚の照り焼き(ぶり) れんごんの金平風 ウィンナー 高菜じゃこパスタ	ご飯 鶏団子のあんからめ ブロッコリーとコーンのパ 高野豆腐の含め煮 大学芋寮	ご飯 カレイのから揚げ オクラとなめたけあえ なすの味噌炒め たご焼き	食サンド(7ヶ) 食サンド(きんぴら) 弁)スパゲティ・ナポリ コロッケ(冷)	ご飯 ポークチャップ オムレツ 付) ミックスベジタブル 冷)チキンチーズ大葉巻き	高菜ごはん 担々麺 ぶどう	こぎつねごはん 鶏肉のホイル焼きみそ寮 千種焼き なすのはさみ揚げ ウィンナー
夕食	ご飯 ホイコーロー 春雨サラダ 卵とうふ	ご飯 親子煮 豆腐炒め ぎょうざスープ	ご飯 牛肉のおろし和え シーチキンサラダ コンフィ	ご飯 ムニエル(さけ) キャベツのしらすソテー ほぐし鶏ときゅうりのゴマ コンソープ	ご飯 豚キムチ さつままいがね フルーツポンチ	ご飯 棒棒鶏 しそ巻き棒餃子 韓国のみ	ご飯 鶏肉から揚げ ブロッコリーのサラダ いなり揚げ卵煮 コーヒーゼリー
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	
朝食	食パン(いちごジャム) 牛乳 ツナマヨ ヨーグルト	食パン(いちごジャム) 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ	ロールパン 牛乳 ツナマヨ インスタントスープ	ご飯 牛乳 納豆 たまねぎ味噌汁	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(きのこ)	クロワッサン 牛乳 ウィンナー(朝) ヨーグルト	食パン(マーガリン) 牛乳 スライスチーズ1枚 サラダ
昼食		ご飯 鮭香辛焼き ジャーマンポテト チキンロール チーズドッグ	ご飯 ヤンニョムチキン かいたま 春巻き	ロールパン(いちごジャム) ロールサンド(チリコンカン) 焼きそば ポテトチーズ焼き バナナ	ご飯 牛肉三色ロール かぼちゃコロッケ 煮豆	こぎつねごはん 冷しゃぶうどん りんご	中華井 チョレギサラダ 手羽先揚げ甘辛煮
夕食	ご飯 さけのホイル焼き ほぐし鶏ときゅうりのゴマ ぶた汁	ご飯 鶏のみそ焼き トマトのサラダ 揚げ豆腐そぼろあん	ハヤシライス学 野菜サラダ 冷)ゼリー	ご飯 筑前煮 卵とうふ そうめん小鉢	ご飯 ミートローフ ポテト炒め 野菜サラダ	ご飯 牛バーベキューソース ひややっこ1 かきたま汁	ドライカレー コールスロー コンフィ
	28(月)	29(火)	30(水)				
朝食	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(豆腐とワカメ)	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁(油揚げ)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(かぼちゃ)				
昼食	ご飯 鶏マーレード煮 付け合わせ ミートボール 切り干し大根の煮物	ご飯 豚肉しょうが焼き ココツ焼き のり塩じゃが 揚げたご焼き	ご飯 魚の塩焼き(さば) 金平ごぼう チーズの肉巻き揚げ キャラメルポテト ブロッコリー				
夕食	ご飯 串カツ 付)レタスときゅうり ぶどう	ご飯 ムニエル(さけ) ペンネポロネーゼ 大学芋寮	ご飯 キムチチゲ豆腐 ハンカス コンフィ				