

平成29年3月の白陵寮献立表

平成29年3月献立予定表

Mar-17

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日				1 ~夕食18時~	2	3	4
朝食				ハムエッグ	鮭塩焼き	オクラ納豆とゴボウ天	ウインナーとスクランブル卵
昼食				赤飯とかやくうどん	バラ寿司とにゅうめん	天井とかきたま汁	チキンカレー
夕食				海老と野菜の天ぷら 大根と厚揚げ煮 茶碗蒸し	豚のモヤシ巻フライ 白菜の塩昆布和え 里芋とコンニャク田楽	ササミときのこクリーム煮 小松菜ゴマ和え 麻婆豆腐	カニクリームコロッケ ハムコーンかき揚げ たまねぎの卵とじ
日	5	6	7	8	9	10	11
朝食	クリームシチュー	出し巻き卵	生姜天ぷら	ホットドック	ほうれんそうバター	蒲鉾とじゃこおろし	チーズトースト
昼食	鮭釜飯と雑煮汁	ぎゅうとん丼と汁	三色そぼろ丼	常夜鍋うどん	天津飯と明石焼うどん	海老カレー	チキン香味焼き
夕食	チキンのパン粉焼き 挽肉コロッケ 白菜の焼きそば	豚肉白ソースはさみ揚げ 南瓜南蛮煮 青梗菜クリーム煮	鮭のバターソテー ポテトコロッケ 根菜煮物	海老しんじょフライ 鶏ケチャップ焼き 豆腐のじぶ煮	きやべつメンチカツ ささみチーズ磯辺揚げ 白菜と豚味噌煮	海鮮ちらし寿司 春野菜天ぷら 小田巻蒸し	サワラから揚げ南部だれ チンジャオロースー 五目大豆煮
日	12	13	14	15	16	17	18
朝食	サンドイッチ	サンマの焼き魚	ハムと青梗菜炒め	ベーコンエッグ	サバ塩焼	ネギワカメ卵焼き	ハムのココット
昼食	オムライス	親子丼とうどん	いなり寿司	ビーフカレー	お弁当(お茶)	豚コーン釜めし	カツライスとスープ
夕食	鶏モモ肉カリカリ焼き 厚揚げとじゃがいんげん煮 海老ドリア	串かつとサラダ 鶏肉カレーくわ焼き キスのピカタ	豚のカレーピカタ さつま芋レモン煮 ほうれんそう湯豆腐	サケのムニエル スパゲティカルボナーラ 大根アゲコーン煮	ささみのカツレツ大葉ソース コンニャク田楽 肉じゃが	肉じゃがコロッケ おでん マカロニグラタン	白身魚の香味焼き 鶏モモチリソース焼き インゲンゴマ和え
日	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ハムステーキ	厚揚げのつけ焼き	チクワの磯辺揚げ	ホウレンソウオムレツ	サワラ幽庵焼き	ハンペン黄身焼き	チーズトースト
昼食	カレーうどん	からあげ卵とじ丼	牛すじカレー	かき揚げ天井とおろしそば	家常豆腐丼とスープ	海老釜めし	ハイシライス
夕食	れんそう巻ヒレカツ あぶたま煮 海老春雨炒め	海老かつ 白菜ボルシチ 焼き豆腐すき煮	ロースとんかつ 小松菜おひたし 五目野菜スープ煮	寿司盛り合わせ 小田巻蒸し 筑前煮	海老卵チーズコロッケ 南瓜ハムカツ ほうれんそう白和え	【春冬の鍋】 キムチ鍋	から揚げ甘酢あん 白菜厚揚げ煮 牛肉と春雨のオイスター煮
日	26	27	28	29	30	31	
朝食	きのこオムレツ	鮭黄身焼き	チキンフリッター				
昼食	キノコたっぷりかけうどん	きじ焼きごはんスープ	ミートボウル揚げ野菜カレー				
夕食	白身魚のフライ 海老クリームコロッケ きのこ豆腐	りんご巻きひれかつ ひじき大豆煮 スパゲティミートソース					