

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	日祝	平日			1	2	3
朝食	7:45	7:20			生姜天とインゲンゴマあえ	サゴシカレー焼き	チーズトースト
昼食	11:50	13:00			いなり寿司とにゅうめん	甘辛豚バラ丼とスープ	ハイシライス
夕食	18:50	18:50			牛肉のケチャップ炒め 肉じゃが 白菜と鶏春雨煮	挽肉コロッケ ハムカツ ひじきと大豆煮	揚げ鶏ネギソース 焼き肉 海老天チリ豆腐
日	4	5	6	7	8	9	10
朝食	ハムエッグとサラダ	ウインナー風天ぷら	サバ塩焼おろしポン酢	ソフトサラミとサラダ	高菜卵焼き	オクラ納豆と生卵	ロースハムとじゃがバター
昼食	かつ丼と味噌汁	竹玉天ぷっかけうどん	親子丼とワンタンスープ	えびフライカレー	チキンのBBQごはん	海老天丼と昆布そば	牛とん焼肉丼と汁
夕食	鮭ホイル焼き 洋風かき揚げ 白菜クリーム煮	豚ひれチーズピカタ 五目大豆煮 大根と豚オイスター煮	酢豚 海老天チリソース カニ豆腐	和風ハンバーグ サツマイモ根菜甘酢あん スパゲティカルボナーラ	串かつ 小芋と肉団子クリーム煮 豆腐のラザニア	ロールキャベツ 鶏むね長芋巻かつ チンジャオロースー	ササミチーズかつ 牛こま切れかつ えびドリア
日	11	12	13	14	15	16 ★フリー納豆	17
朝食	ホットドッグ	チクワチーズフライ	フライドチキン	ベーコンエッグ	生姜天と炒り卵	蒲鉾と生卵	チキンクリームシチュー
昼食	オムライスとスープ	他人丼と汁	豚ロースガーリックバター丼	天津飯とスープ	チキンかつカレー	三色そばろ丼とうどん	ちらし寿司とにゅうめん
夕食	豚生姜焼き サーモンお刺身 サツマイモ揚げ煮	キャベツメンチカツ マカロニグラタン 揚げだし豆腐	海老フライ ミニおでん 焼きビーフン	チーズハンバーグ 小松菜湯豆腐 じゃが芋こっくり煮	とんこつラーメン シューマイからあげ 牛乳ゼリー	【特別食】 牛かつ・フリ照り焼き てんぷら	チキンカツミラノ風 スペインオムレツ じゃがベーコン煮
日	18	19	20	21	22	23	24
朝食	サンドイッチ	生卵とウインナー風天	鮭黄身焼き	ゆで卵とジャーマンポテト	さんま塩焼	チーズ薩摩揚げ	ベーコンエッグ
昼食	焼きめしとレタススープ	チキンカツカレー	スパゲティミートソース	ルーロー飯	から揚げ卵とじ丼	チャンポン	鶏と野菜の南蛮おろしだれ丼
夕食	牛肉ちらし寿司 五目うどん さつま芋ハニーバター	牛スジコロッケ 豆腐の野菜あんかけ ポテトグラタン	りんご巻ひれかつ 肉団子ケチャップ かぼちゃミルク煮	えびしんじょフライ 水ギョーザ サゴシから揚げ南部だれ	カレーハンバーグ 海老と春雨炒め じゃが芋そぼろ煮	【Xマス特別食】 ローストチキン	えびと野菜の天ぷら ナスの肉詰めチーズ焼 湯豆腐
日	25	26	27	28	30	31	
朝食	ゆで卵とウインナー	蒲鉾磯辺揚げと生卵	鮭利休焼き	目玉焼きとウインナー			
昼食	ソースかつ丼	スパゲティマトソース	かつカレー	天ぷらそば			
夕食	肉そば おでん ワラビ餅	きゃべつ巻豚ひれかつ オリエンタルポテト 小松菜じゃこポン酢	チーズメンチカツ 白菜鶏春雨煮 ビーフドリア	【閉寮 15時】			

※仕入材料の都合で若干内容を予告なしに変更することがあります。ご了承ください。