

# 4・5・6月食堂メニュー



メニュー	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
4月	4月(4・10・16・22・28日)	4月(5・11・17・23・29日)	4月(6・12・18・24・30日)	4月(1・7・13・19・25日)	4月(2・8・14・20・26日)	4月(3・9・15・21・27日)
5月	5月(4・10・16・22・28日)	5月(5・11・17・23・29日)	5月(6・12・18・24・30日)	5月(1・7・13・19・25・31日)	5月(2・8・14・20・26日)	5月(3・9・15・21・27日)
6月	6月(3・9・15・21・27日)	6月(4・10・16・22・28日)	6月(5・11・17・23・29日)	6月(6・12・18・24・30日)	6月(1・7・13・19・25日)	6月(2・8・14・20・26日)
<b>朝食</b>						
主食	ごはん ロールパン・食パン	ごはん ロールパン・食パン	ごはん ロールパン・食パン	ごはん ロールパン・食パン	ごはん ロールパン・食パン	ごはん ロールパン・食パン
汁物	玉ねぎと椎茸の味噌汁	もやしと人参の味噌汁	玉ねぎと椎茸の味噌汁	もやしと人参の味噌汁	玉ねぎと椎茸の味噌汁	もやしと人参の味噌汁
主菜	ウインナー	さば塩焼き	ミートボール	ウインナー	さば塩焼き	ミートボール
主菜	プレーンオムレツ ベジタブルソース	小松菜入りスクランブルエッグ	ほうれん草オムレツ	プレーンオムレツ ベジタブルソース	小松菜入りスクランブルエッグ	ほうれん草オムレツ
副菜	ひじき煮	きんぴらごぼう	切干大根煮	ひじき煮	きんぴらごぼう	切干大根煮
副菜	マカロニサラダ	ポテトサラダ	スパゲッティ・サラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ	スパゲッティ・サラダ
サラダ	キャベツ	キャベツ	キャベツ	キャベツ	キャベツ	キャベツ
	一品野菜 海藻サラダ	一品野菜 海藻サラダ	一品野菜 海藻サラダ	一品野菜 海藻サラダ	一品野菜 海藻サラダ	一品野菜 海藻サラダ
嗜好品	つぼ漬け・ふりかけ・ジャム・納豆	つぼ漬け・ふりかけ・ジャム・納豆	つぼ漬け・ふりかけ・ジャム・納豆	つぼ漬け・ふりかけ・ジャム・納豆	つぼ漬け・ふりかけ・ジャム・納豆	つぼ漬け・ふりかけ・ジャム・納豆
飲料	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶 オレンジジュース・レモンジュース	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶 オレンジジュース・レモンジュース	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶 オレンジジュース・レモンジュース	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶 オレンジジュース・レモンジュース	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶 オレンジジュース・レモンジュース	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶 オレンジジュース・レモンジュース
<b>昼食</b>						
主食	ごはん ゆかりご飯	ごはん 中華丼	ごはん 青菜ご飯	ごはん ゆかりご飯	ごはん 中華丼	ごはん 青菜ご飯
種類	★塩ラーメン	★うどん	★にゅう麺	★塩ラーメン	★うどん	★にゅう麺
主菜	豚肉と野菜の炒め 厚揚げの煮物	カリフラワーカレー炒め れんこんシュウマイ	イカ野菜炒め ショーロンポー	豚肉と野菜の炒め ジャガイモの煮物	カリフラワーカレー炒め れんこんシュウマイ	回鍋肉 水餃子ボン酢ソース
フライ	アジフライ	コロック	野菜コロック	アジフライ	コロック	野菜コロック
副菜	ごぼうサラダ	もやしのゆかり和え	れんこんきんぴら	ごぼうサラダ	もやしのゆかり和え	れんこんきんぴら
サラダ	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜
デザート	三色寒天ゼリー	オレンジ	三色寒天ゼリー	オレンジ	三色寒天ゼリー	オレンジ
漬物		福神漬			福神漬	
飲料	牛乳・ウーロン茶・ほうじ茶	牛乳・ウーロン茶・ほうじ茶	牛乳・ウーロン茶・ほうじ茶	牛乳・ウーロン茶・ほうじ茶	牛乳・ウーロン茶・ほうじ茶	牛乳・ウーロン茶・ほうじ茶
<b>夕食</b>						
主食	ごはん 曾爾高原カレー	ごはん 五目御飯	ごはん 季節野菜のシチューライス(クリーム)	ごはん 曾爾高原カレー	ごはん 五目御飯	ごはん 季節野菜のシチューライス(クリーム)
汁物	大根と人参の味噌汁	豚汁	大根と人参の味噌汁	いんげんとキャベツの味噌汁	豚汁	いんげんとじゃがいもの味噌汁
種類	大豆ミートスパゲッティ	ほうれん草入りオイスター焼きそば	スパゲッティナポリタン	大豆ミートスパゲッティ	ほうれん草入り塩焼きそば	スパゲッティナポリタン
主菜	フライドチキン かぼちゃの煮物	メンチカツ 筍の煮物	白身魚フライ キャベツとコーンの炒め	フライドチキン かぼちゃの煮物	メンチカツ 筍の煮物	白身魚フライ キャベツとコーンの炒め
フライ	ポテトフライ	ポテトフライ	ポテトフライ	ポテトフライ	ポテトフライ	ポテトフライ
副菜	春雨の中華和え	菜の花のおひたし	ブロッコリーのおかか和え	春雨の中華和え	菜の花のおひたし	ブロッコリーのおかか和え
サラダ	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜	キャベツ 一品野菜
デザート	鶏髯寒天ぶどうゼリー	いちごゼリー	鶏髯寒天ビーチゼリー	鶏髯寒天ぶどうゼリー	いちごゼリー	鶏髯寒天ビーチゼリー
漬物	福神漬		福神漬	福神漬		福神漬
飲料	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶・コーラ・ メロンソーダ	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶・コーラ・ メロンソーダ	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶・コーラ・ メロンソーダ	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶・コーラ・ メロンソーダ	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶・コーラ・ メロンソーダ	牛乳・ほうじ茶・ウーロン茶・コーラ・ メロンソーダ

※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。  
 ※ご利用日の食堂の総利用者数が規定数(30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。  
 ※★のメニューは、お一人様お一つのご提供とさせていただきます。  
 ※当食堂のフライ油は共有して使用しております。各揚げ物ごとに分けておりません。