

# 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(1・7・13・19・25・31日)	1月(2・8・14・20・26日)	1月(3・9・15・21・27日)	1月(4・10・16・22・28日)	1月(5・11・17・23・29日)	1月(6・12・18・24・30日)
2月	2月(6・12・18・24日)	2月(1・7・13・19・25日)	2月(2・8・14・20・26日)	2月(3・9・15・21・27日)	2月(4・10・16・22・28日)	2月(5・11・17・23日)
3月	3月(2・8・14・20・26日)	3月(3・9・15・21・27日)	3月(4・10・16・22・28日)	3月(5・11・17・23・29日)	3月(6・12・18・24・30日)	3月(1・7・13・19・25・31日)

朝食						
朝A	白身魚フライ	照り焼きミートボール	魚の塩焼き	白身魚フライ	照り焼きミートボール	魚の塩焼き
朝B	オムレツ	コロッケ	ポイルウィンナー	オムレツ	コロッケ	ポイルウィンナー
朝C	ひじき煮	切干大根煮	ひじき煮	切干大根煮	ひじき煮	切干大根煮
朝D	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	スパゲティサラダ
朝E	ごぼうの味噌汁	白菜の味噌汁	わかめの味噌汁	ごぼうの味噌汁	白菜の味噌汁	わかめの味噌汁
朝F	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ
朝定番①	ごはん	朝定番② つぼ漬け	朝定番③ 食パン	朝定番④ いちごジャム	朝定番⑤ 千切りキャベツ	
朝定番⑥	ふりかけ(ゆかりまたはカツオ)	朝定番⑦ 味付け海苔	朝定番⑧ ミックスジュース	朝定番⑨ 牛乳	朝定番⑩ 麦茶	
朝定番⑪	煎茶	朝定番⑫ コーヒー				

昼食						
昼A	味噌ラーメン	たぬきうどん	醤油ラーメン	味噌ラーメン	たぬきにゅうめん	醤油ラーメン
昼B	チキンナゲット	野菜炒め(醤油味)	照り焼きハンバーグ	チキンナゲット	野菜炒め(味噌味)	甘酢肉団子
昼C	フライドポテト(塩味)	フライドポテト(ガーリック味)	フライドポテト(塩味)	フライドポテト(ガーリック味)	フライドポテト(塩味)	フライドポテト(ガーリック味)
昼D	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうの中華サラダ	花野菜のフレンチサラダ	ごぼうの中華サラダ	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうの中華サラダ
昼E	がんもの煮物	れんこんの煮物	厚揚げの煮物	がんもの煮物	れんこんの煮物	厚揚げの煮物
昼F	杏仁フルーツ★	黒糖ゼリー★	パイン&みかん缶★	杏仁フルーツ★	黒糖ゼリー★	パイン&みかん缶★
昼定番①	ごはん	昼定番② つぼ漬け	昼定番③ 千切りキャベツ	昼定番④ ふりかけ(ゆかりまたはカツオ)	昼定番⑤ オレンジジュース	
昼定番⑥	ミックスジュース	昼定番⑦ 麦茶	昼定番⑧ 煎茶	昼定番⑨ コーヒー		

夕食						
夕A	ハヤシライス	カレーライス	シチューライス	ハヤシライス	カレーライス	シチューライス
夕B	アジフライ	ハムサラダフライ	ささみしそ巻きフライ	アジフライ	ハムサラダフライ	ささみしそ巻きフライ
夕C	ツナと野菜の炒め	キャベツのペペロンソテー	白菜のうま煮	ツナと野菜の炒め	キャベツのペペロンソテー	白菜のうま煮
夕D	ポテトサラダ	春雨の中華サラダ	パンプキンサラダ	ポテトサラダ	春雨の中華サラダ	パンプキンサラダ
夕E	グリル野菜ミックス	グリル野菜ミックス	グリル野菜ミックス	グリル野菜ミックス	グリル野菜ミックス	グリル野菜ミックス
夕F	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	青菜のすまし汁	コーン入り中華スープ
夕G	プリン★	ミニたい焼き★	ゼリー(ぶどう&りんご)★	プリン★	ミニたい焼き★	ゼリー(ぶどう&りんご)★
夕定番①	ごはん	夕定番② つぼ漬け	夕定番③ 千切りキャベツ	夕定番④ ふりかけ(ゆかりまたはカツオ)	夕定番⑤ オレンジジュース	
夕定番⑥	ミックスジュース	夕定番⑦ 麦茶	夕定番⑧ 煎茶	夕定番⑨ コーヒー		

調味料						
	青じそドレッシング	イタリアンドレッシング	マヨネーズ	ケチャップ	卓上しょうゆ	中濃ソース

\* 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。  
 \* ★のメニューは個数制限を設けております。