

Week Menu

| | | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 10月16日 | 10月17日 | 10月18日 | 10月19日 | 10月20日 | 10月21日 | 10月22日 |
| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|-----|----------------|-----|---------------|-----|-------------|-----|--------------|-----|-----------------|-----|-------------|-----|-----------------|
| 朝食 | 主菜 | なすと鶏肉のコチュジャン炒め | 主菜 | ハムとピーマンの塩だれ炒め | 主菜 | 挽肉のチリコンカルネ風 | 主菜 | ジャーマンポテト | 主菜 | 南瓜と肉団子のトマトクリーム煮 | 主菜 | ごぼうと里芋の鶏肉炒め | 主菜 | キャベツとロースハムのマヨ炒め |
| | 副菜 | ミートボール | 副菜 | 厚焼き玉子 | 副菜 | いんげんの胡麻マヨ和え | 副菜 | 山菜ときのこのマリネ | 副菜 | キャベツと油揚げの醤油和え | 副菜 | 厚揚げの高菜煮 | 副菜 | 竹輪ともやしのキムチ和え |
| | | 筑前煮 | | 肉コロッケ | | チキンハンバーグ | | 焼売 | | 鶏と胡瓜の中華和え | | 厚焼き玉子 | | 野菜コロッケ |
| | | 揚げ餃子 | | 根菜の明太きんぴら | | 胡瓜梅おかか | | 厚焼き玉子 | | メヌケ粕漬焼 | | さつま芋のキャラメリゼ | | 挽肉のきんぴら |
| | | さば唐揚げ南蛮漬 | | 厚揚げと玉ねぎのカレー煮 | | チキンハンバーグ | | 茄子とピーマンの味噌和え | | チキンナゲット | | 揚げ餃子 | | チキンハンバーグ |
| | サラダ | ポテトサラダ | サラダ | コールスローサラダ | サラダ | ツナと玉ねぎのサラダ | サラダ | グリーンサラダ | サラダ | 蒸し鶏のサラダ | サラダ | スパゲティサラダ | サラダ | マカロニサラダ |
| | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 肉コロッケ | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 |
| | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ |
| | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|------------------|-----|--------------|-----|-----------------|-----|------------|--------|--------------|-----|-------------|-----|--------------|
| 昼食 | 主菜 | えびカツ丼 | 主菜 | 肉団子入り餡かけ丼 | 主菜 | ローストポーク丼 | 主菜 | 鶏唐揚げ甘酢だれ丼 | 主菜 | カレーうどん | 主菜 | 麻婆茄子丼 | 主菜 | 中華雑炊 |
| | 副菜 | サラダ豆と切干大根のトマト煮込み | 副菜 | 胡瓜とツナの中華和え | 副菜 | ほうれん草と竹輪の辛子マヨ和え | 副菜 | 切干大根煮 | 副菜 | 茄子と油揚げの梅味噌和え | 副菜 | 高野豆腐の玉子とじ | 副菜 | 小松菜のポン酢和え |
| | | - | | - | | - | | - | | 菜の花のひじき和え | | - | | トマトと蒸し鶏の胡麻だれ |
| | パスタ | 青菜とベーコンのパスタ | パスタ | 蒸し鶏といんげんのパスタ | パスタ | ツナマヨパスタ | パスタ | しめじと挽肉のパスタ | パスタ | - | パスタ | きのこ青菜の和風パスタ | パスタ | ツナコーンパスタ |
| | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング |
| その他 | 味噌汁 | その他 | 味噌汁 | その他 | 味噌汁 | その他 | 味噌汁 | その他 | 炊き込みご飯 | その他 | 味噌汁 | その他 | 味噌汁 | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|-----|--------------------|-----|-----------------|-----|--------------|-----|---------------|-----|-------------|-----|---------------|-----|------------|
| 夕食 | 主菜 | 豚肉とさつま芋のハニーマスタード炒め | 主菜 | ハヤシライス | 主菜 | 鶏肉の生姜焼き | 主菜 | トマトソースハンバーグ | 主菜 | 豚肉と青梗菜の中華炒め | 主菜 | 肉味噌野菜炒め | 主菜 | メンチカツ和風おろし |
| | 副菜 | もやしの胡麻昆布和え | 副菜 | 鶏と油揚げのキムチ和え | 副菜 | 茄子のピリ辛胡麻和え | 副菜 | 里芋と大豆のうま煮 | 副菜 | 若芽と胡瓜のポン酢和え | 副菜 | ブロッコリーとハムのマリネ | 副菜 | 油揚げのひじき煮 |
| | | 青菜のポン酢和え | | ほうれん草と卵のオイスター炒め | | ブロッコリーのチーズ和え | | 豚肉とキャベツの胡麻和え | | 青菜とツナのナムル | | 豆豆サラダ | | 人参ともやしのナムル |
| | パスタ | ナポリタン | パスタ | コーンクリームパスタ | パスタ | トマトチーズパスタ | パスタ | ほうれん草のクリームパスタ | パスタ | トマトクリームパスタ | パスタ | ミートソースパスタ | パスタ | カレーパスタ |
| | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング | サラダ | サラダバイキング |
| | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 | その他 | 納豆・生卵・海苔 |
| 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | 梅干・ふりかけ | | |
| 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | 味噌汁・ご飯 | | |

仕入れ状況などにより、食材・メニューの変更となることがございます。予めご了承ください。