

令和7年 9月 寮 献立表

	9/1(月)	9/2(火)	9/3(水)	9/4(木)	9/5(金)	9/6(土)
朝食	ごはん 味噌汁 野菜炒め 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ひじき煮 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 雷こんにやく 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ニラ玉 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 高野豆腐と竹輪の煮物 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ウインナー炒め 納豆 ふりかけ 味付け海苔
昼食	昼食用メニューから選ぶ					ハヤシライス 野菜サラダ 
夕食	ごはん 味噌汁 鶏肉の磯風ソテー 炒り豆腐 キャベツのピーナツ和え	 ポークビーンズ カレー金平 味噌マヨ和え	ごはん 卵スープ タンドリーチキン ハムサラダ 若菜パスタ	ごはん ワカメスープ サバの竜田揚げ 胡麻酢和え 豚キムチ	ごはん すまし汁 豚肉の味噌炒め オクラサラダ 野菜かき揚げ	 コロケ ひじきの炒め煮 スパゲッティサラダ
	9/8(月)	9/9(火)	9/10(水)	9/11(木)	9/12(金)	9/13(土)
朝食	ごはん 味噌汁 れんこんの金平 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 人参のツナ炒め 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 竹輪の甘辛煮 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 干切大根の煮物 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ケチャップ炒め 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	菓子パン ジュース
昼食	昼食用メニューから選ぶ					休日の為 外注弁当 
夕食	ごはん ベーコンとキャベツのスープ 鶏のから揚げ ビーフン炒め 南瓜のごまソースかけ	 サバの香味焼き チャンプルー マカロニサラダ	ごはん コンソメスープ 煮込みハンバーグ スパゲッティバジリコ風 ポパイサラダ	ごはん 青菜スープ 豚肉の甘辛焼き ほうれん草の胡麻和え 南瓜のそぼろ煮	 ピーフカレー 野菜サラダ フルーツポンチ	外注弁当 
	9/15(月)	9/16(火)	9/17(水)	9/18(木)	9/19(金)	9/20(土)
朝食		ごはん 味噌汁 ポイルウインナー 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ロールパン (イチゴジャム) スクランブルエッグ わかめスープ 野菜サラダ	ごはん 味噌汁 厚揚げの炒り煮 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 カレー風味の野菜炒め 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 焼き魚 納豆 ふりかけ 味付け海苔
昼食		昼食用メニューから選ぶ				
夕食		 鶏の香味焼き 小松菜ともやしの辛し和え 焼きそば	ごはん すまし汁 魚の甘酢あんかけ 春雨サラダ ニラ玉	ごはん きのことスープ 麻婆豆腐 伴三すう 野菜の卵とじ	ごはん 青梗菜の中華スープ 牛肉とニンニクの芽の炒め ポテトサラダ なます	 メンチカツ 切り干し大根の煮物 ナポリタン
	9/22(月)	9/23(火)	9/24(水)	9/25(木)	9/26(金)	9/27(土)
朝食	ごはん 味噌汁 ベーコンソテー 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔		ごはん 味噌汁 糸コンのたらこ炒め 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ひじき煮 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ニラ玉 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	菓子パン ジュース
昼食	昼食用メニューから選ぶ		昼食用メニューから選ぶ			休日の為 外注弁当 
夕食	ごはん 赤だし味噌汁 牛肉のピリ辛炒め さつま芋の天ぷら 五目煮		ごはん 豚汁 白身魚のゆかり揚げ 蒸しシュウマイ 切り干し大根の中華サラダ	ごはん 中華スープ 豚肉マスタード焼き 厚揚げの煮物 コールスローサラダ	 やみつきちキン ニラもやし炒め コロコロサラダ	外注弁当 
	9/29(月)	9/30(火)				
朝食	ごはん 味噌汁 金平ごぼう 温泉卵  納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 がんもの煮物 納豆 ふりかけ 味付け海苔				
昼食	昼食用メニューから選ぶ					
夕食	ごはん 根野菜スープ 豚肉のカレーピカタ かにサラダ きのこスパゲッティ	 魚の味噌チーズ焼き カリフラワーのカレーソー 塩昆布和え				

寮生注文メニュー

A定食

月曜日 チキンカツ
火曜日 和風ハンバーグ
水曜日 唐揚げ
木曜日 チキン南蛮
金曜日 酢鳥

大盛にできるもの
カレー、ハヤシ
温玉そばろ丼
そばろ丼
高菜弁当

餃子弁当
豚カツ弁当
とりっこ丼、
温玉カレー
温玉ハヤシ
チャーハン

麺類

かけうどん、きつねうどん
温玉うどん、カレーうどん
肉うどん
辛麺、ラーメン

セットメニュー

かけうどん、きつねうどん

上記のうどんには白飯とのセットができます！

パン類

シップサン、各種ハンバーガー
ピザ、スト

上記のパン類はおにぎり、いなり、ポテ
のどれか一つとセットにできます！

単品メニュー ポテト、おにぎり、いなり、

黒文字のメニューは大盛にできません。