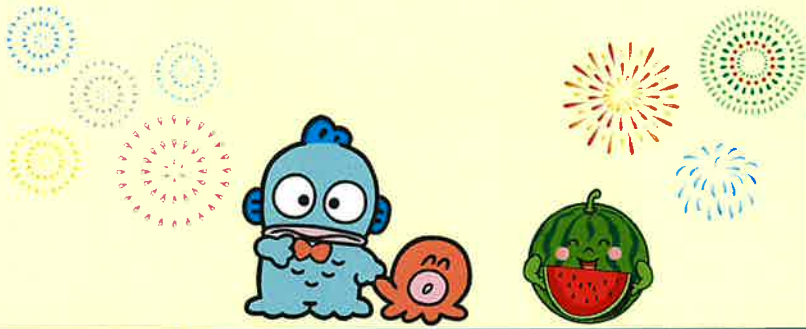


令和7年 8月 寮 献立表

					8/1(金)	8/2(土)
朝食					ごはん 味噌汁 ウインナー炒め 温泉卵 	ごはん 味噌汁 さつま揚げ甘辛煮
昼食					納豆 ふりかけ 味付け海苔	納豆 ふりかけ 味付け海苔
夕食					昼食用メニューから選ぶ	チキンカレー 野菜サラダ 
					 スタミナ焼肉炒め いんげんソテー きのコスパゲッティ	 白身魚フライ ひじき煮 スパゲッティサラダ
	8/4(月)	8/5(火)	8/6(水)	8/7(木)	8/8(金)	8/9(土)
朝食	ごはん 味噌汁 カレー風味の野菜炒め 温泉卵 	ごはん 味噌汁 にら玉	ごはん 味噌汁 ひじきと大豆の煮物 温泉卵 	ごはん 味噌汁 切干大根の煮物	ごはん 味噌汁 雷こんにやく 温泉卵 	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	 魚の南蛮漬け ポテトサラダ 若菜パスタ	 牛肉のしそ風味焼き おかか和え 南瓜のそぼろ煮	 ヤンニョムチキン 韓国風和え物 ニラもやし炒め	 ゆで豚菜味ソース 卵サラダ ビーフン炒め	 唐揚げ スパサラ 高野豆腐の卵とじ	外注弁当 
	8/11(月)	8/12(火)	8/13(水)	8/14(木)	8/15(金)	8/16(土)
朝食	寮閉鎖期間 8/10 (日) 17:00 全員出寮です 8/15 (金) 17:00 帰寮可能です					ごはん 味噌汁 れんこん金平 
昼食						納豆 ふりかけ 味付け海苔
夕食						チキンカレー 野菜サラダ 
						 メンチカツ 春雨サラダ 金平ごぼう
	8/18(月)	8/19(火)	8/20(水)	8/21(木)	8/22(金)	8/23(土)
朝食	ごはん 味噌汁 五目煮 温泉卵 	ごはん 味噌汁 オムレツ	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 金平ごぼう	ごはん 味噌汁 ウスター炒め 温泉卵 	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	 豚肉のヘルシー焼き マカロニサラダ ジャーマンポテト	 鶏天 なます 夏野菜の炒め煮	 魚のカレームニエル ブロッコリーのごまソース 竹輪とピーマンの味噌炒め	 回鍋肉 ナムル ゴーヤーチャンプルー	 ポークソテー スパゲッティサラダ レバニラ炒め	外注弁当 
	8/25(月)	8/26(火)	8/27(水)	8/28(木)	8/29(金)	8/30(土)
朝食	ごはん 味噌汁 レンコン金平 温泉卵 	ごはん 味噌汁 ケチャップ炒め	ごはん 味噌汁 大根のツナ煮 温泉卵 	ごはん 味噌汁 野菜の卵とじ	ごはん 味噌汁 厚揚げの炒め煮 温泉卵 	ごはん 味噌汁 焼き魚
昼食	昼食用メニューから選ぶ					チキンカレー 野菜サラダ 
夕食	ご飯 野菜みそ汁 ハンバーグ スパゲッティバジリコ風 ほうれん草とベーコンソテー	 酢豚 伴三すう 青菜炒め	ご飯 卵スープ 鶏の唐揚げ ごま酢和え 厚揚げ入り野菜炒め	ご飯 もずくスープ サバの味噌煮 胡瓜のピリ辛和え 人参のツナ炒め	 くわ焼き ニンニクの芽のソテー ポテトサラダ	 メンチカツ オムレツ 千切大根の煮物

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

シップサンド、各種ハンバーガー

ピザ、ス

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。