

令和8年 3月 寮 献立表

	3/2(月)	3/3(火)	3/4(水)	3/5(木)	3/6(金)	3/7(土)
朝食	ごはん 味噌汁 さつま揚げの甘辛煮 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 ケチャップ炒め <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 金平ごぼう 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 オムレツ <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 レンコン金平 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 土佐煮 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>
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	 鶏肉と白菜のオイスター炒め もやしナムル 南瓜の天ぷら	 魚のタンドライー風 厚揚げの卵とじ スパゲティサラダ	ごはん かきたま汁 豚肉の甘辛揚げ 塩焼きそば ごまマヨ和え 彩りサラダ	ごはん ベーコンと白菜のスープ チキンステーキ 新玉ねぎの胡麻酢和え 春雨ソテー 彩りサラダ	 筑前煮 コロケ 酢の物	 チキンカツ ひじき煮 ポテトサラダ
	3/9(月)	3/10(火)	3/11(水)	3/12(木)	3/13(金)	3/14(土)
朝食	ごはん 味噌汁 ベーコンソテー 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 にら玉 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 ウイスター炒め 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 高野豆腐とレンコンの煮物 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 厚揚げの煮物 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	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 すまし汁 豚バラ大根 ほうれん草の胡麻和え かき揚げ 彩りサラダ	 胡麻たっぷり甘辛とりもも 白菜の塩昆布和え 南瓜のそぼろ煮	ごはん 春雨スープ 魚のチリソース 肉団子 中華和え 彩りサラダ	ごはん 野菜スープ ハンバーグ れんこんサラダ ナポリタン 彩りサラダ	 青椒肉絲 伴三すう 野菜の卵とじ	外注弁当 
	3/16(月)	3/17(火)	3/18(水)	3/19(木)	3/20(金)	3/21(土)
朝食	ごはん 味噌汁 雷こんにやく 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 ポイルウインナー <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ロールパン(マーガリン) スクランブルエッグ コンソメスープ 野菜サラダ <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 れんこんとひじきの煮物 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>		ごはん 味噌汁 千切り大根の煮物 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>
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	ごはん コーンスープ 唐揚げ 南瓜の煮物 ほうれん草とベーコンソテー 彩りサラダ	 豚肉の生姜焼き スパゲッティバジリコ風 プロッコリーと大根マヨ和え	ごはん 中華スープ プルコギ風炒め 餃子 千切り大根の中華サラダ 彩りサラダ	 蒸し鶏 ちくわの磯辺揚げ ミートオムレツ	 メンチカツ マカロニサラダ 金平ごぼう	
	3/23(月)	3/24(火)	3/25(水)	3/26(木)	3/27(金)	3/28(土)
朝食	ごはん 味噌汁 糸コンのピリ辛炒め 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 里芋の煮物 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 れんこん金平 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 野菜の卵とじ <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	ごはん 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 <small>納豆 ふりかけ 味付け海苔</small>	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	 煮込みハンバーグ ポテトサラダ マカロニのカレーソテー	 魚の竜田揚げ しぐれ煮 味噌マヨ和え	 豚のネギ塩炒め 小松菜とえのきの和え物 カリフラワーのサラダ	 ササミソースかつ パンプキンサラダ 白菜のクリーム煮	 ポークソテー 土佐酢和え ニンニクの芽ソテー	外注弁当 
	3/30(月)	3/31(火)				
朝食	菓子パン ジュース	菓子パン ジュース				
昼食	休日の為 外注弁当					
夕食	外注弁当 	外注弁当 				

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、各種ハンバーグ

ピザトースト

上記のパン類はおこぎり、いなり、ポテ
のどれか一つとセットができます！

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。