令和8年 11月　寮　献立表

	11/2(月)	11/3(火)	11/4(水)	11/5(木)	11/6(金)	11/7(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	文化の日	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 厚揚げの煮物 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 里芋の煮物 温泉卵 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 雷こんにゃく 納豆　ふりかけ　味付け海苔
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　スープ ハンバーグ おかか和え ポテトサラダ 彩りサラダ		ごはん　ワカメスープ チキン南蛮 南瓜の煮物 スパゲッティソテー 彩りサラダ	ごはん　みそ汁 魚の梅マヨ焼き 鶏天 ピーナツ和え 彩りサラダ	ごはん　中華スープ 青椒肉絲 伴三すう 塩焼きそば 彩りサラダ	コロッケとエビカツ 切干大根の煮物 マカロニサラダ
	11/9(月)	11/10(火)	11/11(水)	11/12(木)	11/13(金)	11/14(土)
朝食	ごはん　味噌汁 レンコンの金平 温泉卵 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 ウスター炒め 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 大根と丸天の煮物 温泉卵 野菜サラダ	ごはん　味噌汁 にら玉 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 ひじき煮 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　すまし汁 豚肉の生姜焼き 白菜のクリーム煮 きのこソテー 彩りサラダ	魚の味噌焼き 南瓜のマスタードサラダ ミートオムレツ	ごはん　豚汁 鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 ほうれん草の胡麻和え 彩りサラダ	ごはん　ワカメスープ ロールキャベツ ビーフン炒め 味噌マヨ和え 彩りサラダ	チーズハンバーグ 金平ごぼう 大根サラダ	外注弁当
	11/16(月)	11/17(火)	11/18(水)	11/19(木)	11/20(金)	11/21(土)
朝食	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 厚揚げの煮物 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 野菜サラダ	ごはん　味噌汁 糸コンのたらこ炒め 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 千切り大根の煮物 温泉卵 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 ベーコンソテー 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　赤だし味噌汁 鶏肉の塩麹焼き 野菜のかき揚げ ほうれん草とベーコンソテー 彩りサラダ	魚の香味焼き 白あえ 肉じゃが	ごはん　すまし汁 牛肉と根菜の煮物 ニラもやし炒め ポテトサラダ 彩りサラダ	クリームシチュー ブロッコリーのごまソース ミカン	ごはん　わかめスープ ポークソテー 含め煮 なます 彩りサラダ	白身フライ マカロニサラダ 蒸しシュウマイ
	11/23(月)	11/24(火)	11/25(水)	11/26(木)	11/27(金)	11/28(土)
朝食	勤労感謝の日	ごはん　味噌汁 ボイルウインナー 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ロールパン（イチゴジャム） コンソメスープ スクランブルエッグ 野菜サラダ	ごはん　味噌汁 卵とじ 納豆　ふりかけ　味付け海苔	ごはん　味噌汁 大根と丸天の煮物 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		豚肉とｷｬﾍﾞﾂの胡麻風味 きのこスパゲッティ 大根と高野豆腐の煮物	ごはん　きのことベーコンスープ 焼肉風 白菜の塩昆布和え 竹輪の磯辺揚げ 彩りサラダ	ごはん　かきたま汁 魚のタンドリー風 コロコロサラダ 豚キムチ 彩りサラダ	ごはん　けんちん汁 鶏のから揚げ 小松菜ともやしの辛子和え 里芋の煮っころがし 彩りサラダ	外注弁当
	11/30(月)					
朝食	ごはん　味噌汁 ウインナー炒め 温泉卵 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	豚肉の中華風煮込み ナムル 竹輪のカレー揚げ					





寮生注文メニュー

A定食、ガール定食

月曜日　黒酢豚肉
火曜日　くわ焼き
水曜日　塩唐揚げ
木曜日　チキン南蛮
金曜日　酢鳥

餃子弁当

大盛にできるもの
カレー，ハヤシ
温玉そぼろ丼
そぼろ丼
そぼろ丼弁当
高菜カレー
温玉ハヤシ
温とりっこ丼
定丼

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（うどんもできます）　ラーメン　冷やしうどん
冷やし温玉

パン類

シップサンド、チーズメンチバーガー
トロ玉バーガー、エビタルバーガー
チキンバーガー、ピザトースト
上記のパン類はおにぎり、いなり、ポテト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。