

# 7・8・9月メニュー表

	NO.1	NO.2	NO.3
若狭湾	7月	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29
	8月	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31
	9月	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30

## 朝食

おかず	★蒸し焼売	★ポイルウィンナー	★甘酢肉団子
おかず	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ
おかず	ひじき煮	切干大根のソース炒め	きんぴら
おかず	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ
汁物	玉葱の味噌汁	わかめの味噌汁	大根の味噌汁
共通	千切りキャベツ・サラダトッピング（ビーンズミックス）・ごはん・ゆかり・納豆・さくら漬け・食パン・いちごジャム・牛乳・ドリンクサーバー		

服部幸應先生監修 早寝早起き朝ごはん  
ポケットテレビを参考にした  
おすすめメニュー

## 昼食

種類	★冷やしたぬきうどん	★冷やし醤油ラーメン	★冷やしわかめうどん
主食	ツナの混ぜごはん	鶏そぼろの混ぜごはん	枝豆ごはん
おかず	★メンチカツ	★揚げギョウザ	★かき揚げの甘辛ソース
おかず	もやしのそぼろ炒め	青菜のお浸し	ポテトのミートソース焼き
おかず	かぼちゃの煮物	ツナと野菜の炒め	豚入り野菜炒め
おかず	ポテトサラダ	ポテトサラダ	ポテトサラダ
デザート	黒糖ゼリー	黒糖ゼリー	黒糖ゼリー
共通	千切りキャベツ ・ サラダトッピング（ブロッコリー）・ ごはん ・ つぼ漬け ・ 若狭梅干し ・ ドリンクサーバー		

## 夕食

主食	カレーライス	ハヤシライス	豚あんかけ丼
おかず	バジルパスタ	へしこパスタ	ナポリタンパスタ
おかず	★フライドチキン	★照焼きハンバーグ	★ヒレカツ
おかず	★ミートボール トマトソース	フライドポテト（塩味）	キャベツのペペロンソテー
おかず	大根のそぼろあん	塩肉じゃが	卵の花
おかず	春雨サラダしそ風味	春雨サラダしそ風味	春雨サラダしそ風味
汁物	青菜のすまし汁	トマトスープ	コーン入り中華スープ
デザート	台湾レモンゼリー	抹茶ゼリー	プチクレープ（イチゴ）
共通	千切りキャベツ ・ サラダトッピング（海藻ミックス）・ ごはん ・ つぼ漬け ・ さくら漬け ・ ドリンクサーバー		

地域メニュー

\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

\*ご利用日の食堂の利用者数が10~20名の場合は、盛付提供に変更させていただきます。

\*★マークのメニューは個数制限がございます。