















# 週間予定献立表

希望学園

	朝食	昼食	夕食
10/8 (月)	白飯 豆腐とネギのみそ汁 牛乳 大根のそぼろ煮 納豆(オクラ) ハミン	カツ丼 すまし汁(麩) ところてん 	白飯 ワンタンスープ 八宝菜 春雨サラダ ザーサイ みかん 
10/9 (火) ドレッシング セレクト	白飯 キャベツとしめじのみそ汁 牛乳 きくらげの卵とじ のり佃煮 バナナ	梅ちりませ御飯 いも団子汁 卵の巾着煮 ほうれん草おかか和え 	玄米ごはん さつま芋とねぎのみそ汁 ますのムニエル 青梗菜ピーナツ和え すりとろろ 
10/10 (水)	白飯 芋とあげのみそ汁 牛乳 野菜とじゃこの炒り煮 納豆(ネギ) ハミン	白飯 大根とネギのみそ汁 揚げサンマの甘辛煮 サラダ(とうふ) 青かつぱ 	五目散らし寿司 すまし汁(ゆば) いかの正油バター焼 柿 
10/11 (木)	白飯 卵とほうれん草のみそ汁 牛乳 人参とひじきの炒め煮 鮭フレーク バナナ	山菜そば 大学芋 きのことマリネ 	白飯 ごぼうとねぎのみそ汁 チキンカツ 菜の花柚香和え なし梨 
10/12 (金)	白飯 水菜と若布のみそ汁 牛乳 蓮根の金平 納豆(しそ) ハミン	フイッシュサンド ホテルブレッド りんご&マーガリン ポトフ フルーツヨーグルトかけ 	生姜焼井 あさりのみそ汁 酢の物(カニカマ) 
10/13 (土)	白飯 ふきのみそ汁 牛乳 キャベツと豚肉炒め 浅炊きちりめん バナナ	ギョウザみそラーメン 白菜のレモン風味漬 杏仁豆腐 冷水 	白飯 にらとあげのみそ汁 さわらの西京やき 旨煮 若布の生姜和え 
10/14 (日)	クリームパン 食パン マーメイドジャム コンソメスープ(コーン) 牛乳 オムレツ	チキンライス ポテトスープ 海藻サラダ バナナ1/2 	白飯 豆腐とえのきのみそ汁 鱈フライ マカロニサラダ キウイ 

ふれんち  
フレンド  
ごまドレ