

鯛生スポーツセンター 食事献立

		メニュー
23日	夕食	ごはん
		麻婆豆腐
		竜田から揚げ
		キャベツ・レタス
		ミートスパゲティ
		シチュー
24日	朝食	ごはん
		みそ汁
		キャベツ・レタス
		皮なしソーセージ
		塩サバ
		ペイクドエッグ
		たまごふりかけ
	夕食	ごはん
		とんかつ
		とんかつソース
		キャベツ・レタス
		焼き餃子
		チャプチェ
		コンソメスープ
25日	朝食	ごはん
		コーンスープ
		キャベツ・レタス
		スクランブルエッグ
		厚切りハム
		パン2種
		ジャム
	夕食	ごはん
		豚のロース焼き
		ジャーマンポテト
		キャベツ・レタス
		アジフライ
		卵スープ

26日	朝食	ごはん
		豚汁
		キャベツ・レタス
		オムレツ
		イワシの梅煮
		朝食用ソーセージ
		ふりかけ
	昼食	ごはん
		キャベツ・レタス
		やきそば
		チキン南蛮
		フライドポテト
		コンソメスープ
	毎食	青じそドレッシング
		ごまドレッシング

		メニュー
弁当	24日	ごはん
		のり
		竜田から揚げ
		白身フライ
		切れ目ウインナー
		卵焼き
		ひとくちゼリー
	25日	つくだ煮
		小袋ソース
		ごはん
		のり
		メンチカツ
		白身フライ
		切れ目ウインナー
		卵焼き
		ひとくちゼリー
		つくだ煮
		小袋ソース