

2019年 9月メニュー表

今月から秋メニューが始まります！
18日（水）は、関西のアイディア料理・優秀賞「ひじきの和風黒カレー」を、
26日（木）は創立記念献立「牛ステーキ（柔らか加工）」を提供致します！
ぜひご賞味下さい！

白石	朝		食		夕	
	和	食	洋	食	夕	食
1	日					
2	月	★目玉焼きとベーコン ★くらげと若布のサラダ ★御飯 ★汁物 ★香物	★目玉焼きとベーコン ★くらげと若布のサラダ ★パン	★牛丼 ★里芋とツナのピリ辛和え ★杏仁豆腐 ★汁物		
3	火	★テリヤキ鶏つくね ★がんものきのこあんかけ ★御飯 ★汁物 ★香物	★チキンバーグクリームソース ★フルーツ ★パン	★酢豚 ★海鮮焼売 ★御飯 ★汁物 ★香物		
4	水	★玉子オープン焼き ★インゲンの磯和え ★御飯 ★汁物 ★香物	★玉子オープン焼き ★インゲンとコーンのソテー ★パン	★鮭粕漬け焼き ★豚肉ともやしの香味炒め ★栗御飯 ★汁物 ★香物		
5	木	★じゃが芋のそぼろあん ★おくらとモロヘイヤの和え物 ★御飯 ★汁物 ★香物	★ホットドックと黒糖ロール ★野菜スープ	★ビーフカレー ★アボカドとチーズのサラダ ★フルーツ ★レモンティー ★薬味		
6	金	★鰯干物焼き ★ ★御飯 ★汁物 ★香物	★ハムカツ ★ ★パン	★豚肉のピリ辛スタミナ焼き ★ ★御飯 ★汁物 ★香物		
7	土	★ミートボールトマト煮 ★玉子サラダ ★デザート ★御飯 ★汁物 ★香物	★ミートボールトマト煮 ★玉子サラダ ★デザート ★パン	★ビビンバ ★インゲンのピーナッツ和え ★海藻サラダ ★汁物 ★香物		
8	日					
9	月	★豆腐ハンバーグ ★人参と蒸し鶏の和え物 ★御飯 ★汁物 ★香物	★豆腐ハンバーグ ★人参と蒸し鶏の和え物 ★パン	★牛肉のオイスターソース炒め ★イカリングフライ ★御飯 ★汁物 ★香物		
10	火	★鯖文化干焼き ★キャベツと竹輪の青じそ和え ★御飯 ★汁物 ★香物	★玉子とチーズのピタパンサンド ★コールスローサラダ ★デザート	★ジャージャー麺 ★はんぺん明太焼き ★グリーンサラダ ★フルーツ ★汁物		
11	水	★肉じゃが ★玉子豆腐 ★御飯 ★汁物 ★香物	★ウインナーと野菜の炒め物 ★ポテトスープ ★パン	★鶏肉のにんにく醤油漬け焼き ★さつま揚げと人参の煮物 ★御飯 ★汁物 ★香物		
12	木	★目玉焼きとロースハム ★チンゲン菜と舞茸の和え物 ★御飯 ★汁物 ★香物	★目玉焼きとロースハム ★フルーツ ★パン	★牛のねぎ塩丼 ★鶏肉とさつま芋の味噌煮 ★フルーツみつ豆 ★汁物 ★香物		
13	金	★鮭塩焼き ★ ★御飯 ★汁物 ★香物	★ペンネトマトソース ★ ★パン	★とんかつ ★ ★御飯 ★汁物 ★香物		
14	土	★ジャーマンポテト ★マカロニサラダ ★デザート ★御飯 ★汁物 ★香物	★ジャーマンポテト ★マカロニサラダ ★デザート ★パン	★魚の煮付け ★カニカマサラダ ★若布と春雨の和え物 ★木の実和え ★御飯 ★汁物 ★香物		
15	日					
16	月					
17	火	★玉子オープン焼き ★焼き茄子の胡麻ダレ ★御飯 ★汁物 ★香物	★玉子オープン焼き ★フルーツ ★パン	★鶏唐揚げ ★切干大根煮 ★御飯 ★汁物 ★香物		
18	水	★冷やし担子うどん ★フルーツ ★菜飯 ★香物	★シーカマと野菜の炒め物 ★フルーツ ★パン	★ひじきの和風黒カレー ★コールスローサラダ ★フルーツ ★レモンティー ★薬味		
19	木	★ニシンの塩焼き ★ごぼうと水菜の和え物 ★御飯 ★汁物 ★香物	★ホットケーキ ★ごぼうと水菜のサラダ	★麻婆豆腐 ★水餃子 ぽん酢だれ ★御飯 ★もずくスープ ★香物		
20	金	★オムレツとロースハム ★ ★御飯 ★汁物 ★香物	★オムレツとロースハム ★ ★パン	★さんまと野菜の黒酢炒め ★ ★御飯 ★汁物 ★香物		
21	土	★ミートローフ ★南瓜サラダ ★デザート ★御飯 ★汁物 ★香物	★ミートローフ ★南瓜サラダ ★デザート ★パン	★五目中華丼 ★人参の白和え ★ほたて風味サラダ ★香物		
22	日					
23	月					
24	火	★ツナとポテトの甘辛炒め ★おくらとモロヘイヤの和え物 ★御飯 ★汁物 ★香物	★ツナとポテトの甘辛炒め ★デザート ★パン	★ポークチャップ ★ごぼうと小坂の明太サラダ ★御飯 ★汁物 ★香物		
25	水	★炒り玉子とウインナー ★ひじき煮 ★御飯 ★汁物 ★香物	★スクランブルエッグとウインナー ★フルーツヨーグルト ★パン	★きのこの和風スパゲティ ★シーザーサラダ ★フルーツ ★汁物		
26	木	★明太いわし ★芽かぶとろろ ★御飯 ★汁物 ★香物	★チキンサンド&レーズンロール ★オニオンスープ	★牛ステーキ（柔らか加工） ★グリーンサラダ ★マンゴープリン ★御飯 ★汁物 ★香物		
27	金	★豚肉と野菜の炒め物 ★ ★御飯 ★汁物 ★香物	★豚肉と野菜の炒め物 ★ ★パン	★高菜チャーハン ★ ★汁物 ★香物		
28	土	★ロールキャベツ ★ごぼうサラダ ★デザート ★御飯 ★汁物 ★香物	★ロールキャベツ ★ごぼうサラダ ★デザート ★パン	★エビチリ ★ツナサラダ ★洋風おから ★揚げ茄子とオクラのマリネ ★御飯 ★汁物 ★香物		
29	日					
30	月	★オムレツとリオナソーセージ ★もやしとカニカマの和え物 ★御飯 ★汁物 ★香物	★オムレツとリオナソーセージ ★もやしとカニカマの和え物 ★パン	★豚肉生姜焼き ★高野豆腐と野菜のピリ辛煮 ★御飯 ★汁物 ★香物		

仕入れ材料の都合により、一部献立が変更される場合がありますので御了承下さい。また、米穀等（米・米加工品）の産地情報につきましては、調理責任者にお問い合わせ下さい。

★の後にメニュー名が無い箇所は、各寮のオリジナルメニューとなります。