

令和7年度 セルフセットメニュー

		月	火	水	木	金	土	日	
朝食	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
		味付け海苔	味付け海苔	味付け海苔	味付け海苔	味付け海苔	味付け海苔	味付け海苔	
		ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	
	おかず1	ジャーマンポテト	かに玉	ジャーマンポテト	かに玉	ジャーマンポテト	かに玉	ジャーマンポテト	
	おかず2	とうふナゲット	ポイルウインナー	とうふナゲット	ポイルウインナー	とうふナゲット	ポイルウインナー	とうふナゲット	
	おかず3	大根と豚肉のトロトロ煮	根菜のきんぴら煮	大根と豚肉のトロトロ煮	根菜のきんぴら煮	大根と豚肉のトロトロ煮	根菜のきんぴら煮	大根と豚肉のトロトロ煮	
	和え物	ほうれん草のごま和え	春雨と枝豆のサラダ	ほうれん草のごま和え	春雨と枝豆のサラダ	ほうれん草のごま和え	春雨と枝豆のサラダ	ほうれん草のごま和え	
	汁物	豆腐とわかめの味噌汁	玉ねぎと油揚げの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁	玉ねぎと油揚げの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁	玉ねぎと油揚げの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁	
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	主食	ハヤシライス	ご飯	ウインナーチャーハン	ハヤシライス	ご飯	ウインナーチャーハン	ハヤシライス	
	おかず1		つくねと野菜の黒酢風あん						
	おかず2		鶏の唐揚げ						
	おかず3	ブロッコリーのアーリオオーリオ	春巻き	中華風クリーム煮	ブロッコリーのアーリオオーリオ	春巻き	中華風クリーム煮	ブロッコリーのアーリオオーリオ	
	サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	
	ドレッシング	サウザンアイランドドレッシング	ごまクリーミードレッシング	中華ドレッシング	サウザンアイランドドレッシング	ごまクリーミードレッシング	中華ドレッシング	サウザンアイランドドレッシング	
	スープ	コンソメスープ	コーンクリームスープ	わかめスープ	コンソメスープ	コーンクリームスープ	わかめスープ	コンソメスープ	
	デザート	オレンジゼリー	ピーチゼリー	グレープゼリー	オレンジゼリー	ピーチゼリー	グレープゼリー	オレンジゼリー	
夕食	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	おかず1	豚肉の生姜焼き	グリルハンバーグ	豚肉の生姜焼き	グリルハンバーグ	豚肉の生姜焼き	グリルハンバーグ	豚肉の生姜焼き	
	おかず2	白身魚の南蛮	さばの味噌煮	白身魚の南蛮	さばの味噌煮	白身魚の南蛮	menu-	白身魚の南蛮	
	おかず3	シュウマイ	エビフライ	シュウマイ	エビフライ	シュウマイ	エビフライ	シュウマイ	
	おかず4	肉じゃが	ポテトのグラタン	肉じゃが	ポテトのグラタン	肉じゃが	ポテトのグラタン	肉じゃが	
	サラダ	ミックススローサラダ	ミックススローサラダ	ミックススローサラダ	ミックススローサラダ	ミックススローサラダ	ミックススローサラダ	ミックススローサラダ	
	ドレッシング	青じそドレッシング	フレンチクリーミードレッシング	青じそドレッシング	フレンチクリーミードレッシング	青じそドレッシング	フレンチクリーミードレッシング	青じそドレッシング	
	汁物	コーンと玉子の中華風スープ	麩とわかめのお吸い物	コーンと玉子の中華風スープ	麩とわかめのお吸い物	コーンと玉子の中華風スープ	麩とわかめのお吸い物	コーンと玉子の中華風スープ	
	デザート	プリン	ヨーグルト	プリン	ヨーグルト	プリン	ヨーグルト	プリン	