

週間メニュー表

ふたば未来学園

アスリート

2024年11月18日(月) ~ 2024年11月24日(日)

	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	11月24日(日)
朝食	ごはん 味噌汁 野菜巻き&シューマイ アロママリ-の味噌マヨ和え 納豆 温泉卵 牛乳 のりつく・ふりかけ	メロンパン&食パン ごはん クリームシチュー 厚焼き玉子 バターソテー 納豆 温泉卵 牛乳 のりの佃煮・ふりかけ	ごはん 味噌汁 チーズハンバーグ シーザーサラダ チョコフレーク 納豆 温泉卵 牛乳 のりの佃煮・ふりかけ	ごはん 味噌汁 リゼンズ ｽｰｷ ツナじゃが 納豆 温泉卵 牛乳 のりの佃煮・ふりかけ	ごはん 鶏のごま照り焼 温野菜サラダ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	黒糖ロール&デニッシュ ごはん オニオンスープ ウインナーとたまごの炒め物 ツナサラダ 納豆 温泉卵 牛乳 のりの佃煮・ふりかけ	ごはん 味噌汁 ベーコン&ｽﾄﾗﾝﾌﾞﾙｲｯｸ 小松菜とたけのこの生姜和え 納豆 温泉卵 牛乳 のりの佃煮・ふりかけ
	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)
昼食						ごはん 味噌汁 白身魚の葱味噌焼き 水餃子の葱だれ 春雨サラダ 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん 中華スープ 豚キムチ炒め はんぺんチーズフライ 大根サラダ 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース
						11月23日(土) 11月24日(日)	11月23日(土) 11月24日(日)
夕食	ごはん 味噌汁 牛肉のすき焼き かぼちゃのチーズ焼き ヘルシーごぼうサラダ ヨーグルトみかん 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	カレーうどん ごはん 豆腐の柚子味噌がけ レモン和え フルーツ(ﾁｺｼﾞ・ﾊﾟｲﾝ) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	鶏そぼろ丼温玉のせ すまし汁 さつま芋のミルク煮 菜の花のごま和え コーヒゼリー 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん 韓国風ピリ辛味噌ｽｰﾌﾞ スタミナ焼肉 春巻き チョコレギサラダ(ﾘｸｴｽﾄﾒﾆｬｰ) 果物(ﾏﾝｺﾞｰ) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん 味噌汁 トンテキ ﾊﾞｰｺｼﾞとﾁﾘｼﾞﾗｽﾞのﾊﾞｰﾊﾟﾝ いかのマリネ 黒糖ケーキ 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん 味噌汁 串かつ 里芋のそぼろ煮 もやしのピリ辛和え フルーツ(バナナ) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん(150g) 味噌汁 和風ハンバーグ イカと野菜の辛み炒め ポテトサラダ オレンジゼリー 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース
	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)
日計	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)	11月18日(月) 11月19日(火) 11月20日(水) 11月21日(木) 11月22日(金) 11月23日(土) 11月24日(日)

※仕入れの状況により、料理・食材が変更になる場合がございます。