

2016年



## 5月メニュー表



気候が良く過ごしやすい季節となりました。  
 今月は人気メニュー「チーズインビッグハンバーグ」を  
 26日(木)に提供致します！是非、ご賞味下さい！

		朝食		夕食(ご飯・汁物・香物付)
		和食(ご飯・汁物・香物付)	洋食(パン付)	
1	日	お休み		
2	月	☆オムレツとベーコン ☆青菜お浸し	☆オムレツとベーコン ☆青菜とコーンのソテー	☆牛丼 ☆カニカマサラダ ☆マンゴープリン
3	火	お休み		
4	水	お休み		
5	木	お休み		
6	金	☆豆腐ハンバーグ ☆春雨ツナサラダ	☆豆腐ハンバーグ ☆春雨ツナサラダ	☆豚肉生姜焼き ☆のっぺい煮
7	土	☆ジャーマンポテト ☆	☆ジャーマンポテト ☆	☆魚の煮付け ☆
8	日	お休み		
9	月	☆シーカマバーグ ☆青菜のピーナッツ和え	☆シーカマバーグ ☆フルーツヨーグルト	☆麻婆豆腐 ☆チヂミ ☆白菜とカニカマのスープ
10	火	☆鰯干物焼き ☆キャベツとハムの和え物	☆チキンパジルサンド&レーズンロール ☆キャベツとコーンのサラダ ☆汁物	☆カレーうどん ☆親子焼き ☆グリーンサラダ ☆フルーツ
11	水	☆肉団子とじゃが芋の煮物 ☆もやしとツナの和え物	☆ミートボールコンソメ煮 ☆フルーツ	☆魚とはんぺんのタルタル焼き ☆鶏と野菜の辛味噌炒め ☆あおさの味噌汁
12	木	☆目玉焼き ☆焼き茄子の涼判	☆目玉焼き ☆グラノラヨーグルト	☆メンチカツ ☆五目煮豆
13	金	☆がんもと野菜の煮物 ☆大根の明太和え	☆スープスパゲティ ☆明太大根サラダ	☆ねぎとろ丼 ☆鶏肉のはちみつ醤油煮 ☆くすまんじゅう ☆豆腐とみつ葉の清汁
14	土	☆スクランブルエッグとウインナー ☆	☆スクランブルエッグとウインナー ☆	☆牛肉の和風炒め ☆
15	日	お休み		
16	月	☆ハンバーグ ☆青菜のお浸し	☆ハンバーグ ☆フルーツ	☆鯖味噌煮 ☆豆腐チャンプルー ☆梅ゼリー ☆雑穀米 ☆おぼろ汁
17	火	☆オムレツ ☆白菜とつみれの煮浸し	☆オムレツ ☆フルーツヨーグルト	☆鶏唐揚げ ☆切干大根のナポリタン風 ☆フルーツ
18	水	☆ニシンの塩焼き ☆高菜の炒め煮	☆ホットドックと黒糖ロール ☆海藻サラダ	☆ハヤシライス ☆ツナマカロニサラダ ☆いちごパロア ☆薬味
19	木	☆かけうどん ☆温泉玉子 ☆ゆかり御飯	☆巣ごもり玉子 ☆フルーツ	☆魚のカレームニエル焼き ☆豆腐の肉味噌がけ
20	金	☆ベーコンエッグ ☆切り昆布と竹輪の煮物	☆ベーコンエッグ ☆フルーツ	☆豚肉の塩ダレ炒め ☆かにのふんわり蒸し ☆フルーツ ☆なめこ汁
21	土	☆ミートボールケチャップ煮込み ☆	☆ミートボールケチャップ煮込み ☆	☆鶏肉の照り焼き ☆
22	日	お休み		
23	月	☆スペイン風オムレツ ☆モロヘイヤとなめ草和え	☆スペイン風オムレツ ☆フルーツ	☆白身魚とイカの油淋ソース ☆筑前煮
24	火	☆お魚豆腐揚げの煮物 ☆焼き茄子のお浸し	☆ホットケーキ ☆豆乳スープ ☆フルーツナタデココ	☆豚肉の麹味噌焼き ☆玉子豆腐の冷やしあんかけ ☆雑穀米
25	水	☆炒り玉子とポークランチオン ☆胡瓜と竹輪の梅肉和え	☆スクランブルエッグ ☆デザート	☆なすトマトスパゲティ ☆花野菜のクリームグラタン ☆グリーンサラダ
26	木	☆鯖文化干焼き ☆ひじき煮	☆ハムサンド&レーズンロール ☆グラノラヨーグルト	☆チーズインビッグハンバーグ ☆ツナと野菜のサラダ
27	金	☆シーカマバーグ焼き ☆若布ともやしの和え物	☆シーカマバーグ焼き ☆フルーツ	☆五目チャーハン ☆肉巻 ☆フルーツ
28	土	☆ウインナーと芋のケチャップ炒め ☆	☆ウインナーと芋のケチャップ炒め ☆	☆魚粕漬け焼き ☆
29	日	お休み		
30	月	☆オムレツとベーコン ☆めかぶ納豆	☆オムレツとベーコン ☆ヨーグルト	☆ブルコギ ☆海鮮焼売 ☆フルーツ ☆中華コーンスープ
31	火	☆明太いわし ☆もやしとハムの和え物	☆ハムカツ ☆フルーツ	☆担々つけ麺 ☆八宝菜風旨煮 ☆華風胡瓜 ☆杏仁豆腐

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。

2016年  
**6月メニュー表**

今月は、H27年度仙台地区アイディア料理優秀賞  
「冷製ツナトマ中華」を提供致します。  
他にも初夏メニュー盛り沢山でお待ちしております!

	朝 食 (ご飯・汁物・香物付)		洋 食 (パン付)		夕 食 (ご飯・汁物・香物付)	
	和	食	和	食	和	食
1	水	☆がんもとじゃこ天の煮物 ☆ブロッコリーのほたて風味和え	☆南瓜のチーズグラタン ☆フルーツナタデココ	☆魚と鶏肉のムニエル ☆夏野菜のラタトゥイユ		
2	木	☆玉子と野菜の炒め物 ☆オクラとえのきの和え物	☆フレンチトースト ☆ランチョンミートのサラダ	☆ポークカレー ☆アボカドとカニカマのサラダ ☆ブランマンジェ ☆レモンティー ☆薬味		
3	金	☆豆腐ハンバーグ ☆さんま甘露煮	☆豆腐ハンバーグ ☆フルーツ	☆フライ盛り合わせ ☆五目煮豆 ☆フルーツ		
4	土	☆ベーコンエッグ ☆	☆ベーコンエッグ ☆	☆鶏肉の辛味炒め ☆		
5	日	お 休 み				
6	月	☆ジャーマンポテト ☆青菜のお浸し	☆ジャーマンポテト ☆デザート	☆タコライス ☆豆腐チャンプルー ☆フルーツ ☆アーサーコンソメスープ		
7	火	☆ニシン塩焼き ☆油麩と里芋の煮物	☆スクランブルエッグとウインナー ☆フルーツヨーグルト	☆鶏肉の葱ダシ焼き ☆枝豆ふっくら揚げの含め煮 ☆和風コーンスープ		
8	水	☆冷やしただぬきうどん ☆温泉玉子 ☆菜飯	☆巣ごもり玉子 ☆フルーツ盛り合わせ	☆とんかつ ☆ひじき煮		
9	木	☆かに団子と野菜の煮物 ☆もやしと若布の和え物	☆ホットケーキ ☆かにボールのコンソメ煮	☆ハンバーグ ☆シーザーサラダ ☆フルーツ牛乳かん		
10	金	☆オープンオムレツ ☆高菜と竹輪の炒り煮 ☆白粥又は御飯	☆オープンオムレツ ☆フルーツポンチ	☆魚の揚げおろし煮 ☆鶏肉とニンニクの芽の味噌炒め ☆雑穀米		
11	土	☆エビカツ ☆	☆エビカツ ☆	☆豚肉のガーリック炒め ☆		
12	日	お 休 み				
13	月	☆オムレツとベーコン ☆青菜お浸し	☆オムレツとベーコン ☆青菜とコーンのソテー	☆焼肉 ☆厚揚げと里芋の甘辛煮		
14	火	☆テリヤキ鶏つくね ☆しらす卸し	☆チキンバーグクリームソース ☆フルーツ	☆黒酢酢豚 ☆海鮮焼売 ☆マンゴープリン ☆ニラときくらげの中華スープ		
15	水	☆玉子オープン焼き ☆キャベツと小エビの青じそ和え	☆玉子オープン焼き ☆玄米フレークヨーグルト	☆魚煮付け ☆じゃが芋の麻婆炒め		
16	木	☆豚肉と野菜の中華炒め ☆さんま甘露煮	☆チーズトーストとレーズンロール ☆オニオンスープ	☆夏野菜カレー ☆枝豆とツナのサラダ ☆フルーツ ☆レモンティー ☆薬味		
17	金	☆明太いわし ☆胡瓜とハムの中中華和え	☆サラダスパゲティ ☆フルーツ	☆豚肉生姜焼き ☆炒り豆腐 ☆くずまんじゅう		
18	土	☆ミートボールケチャップ炒め ☆	☆ミートボールケチャップ炒め ☆	☆魚西京漬け焼き ☆		
19	日	お 休 み				
20	月	☆シーカマバーグ ☆玉子豆腐	☆シーカマバーグ ☆フルーツヨーグルト	☆冷製ツナトマ中華 ☆焼き餃子 ☆チンゲン菜とザーサイの和え物 ☆水ようかん		
21	火	☆目玉焼き ☆インゲンの胡麻クリーム和え	☆目玉焼き ☆フルーツ	☆魚と鶏肉の照り焼き ☆とうもろこしとゴーヤのかき揚げ		
22	水	☆ハンバーグ ☆おくらとモロヘイヤの和え物	☆ハンバーグ ☆フルーツ	☆キムチ味の塩麹トマトポーク豆腐 ☆中華玉子焼き		
23	木	☆鰯干物焼き ☆なめ茸卸し	☆チーズサンドと玉子サンド ☆大根サラダ	☆チキンカツ ☆おから煮		
24	金	☆炒り玉子とベーコン ☆切り昆布煮	☆スクランブルエッグとベーコン ☆フルーツナタデココ	☆散らし寿司 ☆南瓜の鶏そぼろあん ☆フルーツ ☆けんちん汁		
25	土	☆ウインナーとじゃが芋炒め ☆	☆ウインナーとじゃが芋炒め ☆	☆豚肉の塩ダシ焼き ☆		
26	日	お 休 み				
27	月	☆スペイン風オムレツとベーコン ☆南瓜サラダ	☆スペイン風オムレツとベーコン ☆フルーツポンチ	☆鯖味噌煮 ☆春巻 ☆雑穀米 ☆おぼろ汁		
28	火	☆がんもと野菜の煮物 ☆若布としらすの和え物	☆ハムカツ ☆ヨーグルト	☆鶏肉のソテー サルサソース ☆ぜんまいと油揚げの煮物 ☆みかん寒天		
29	水	☆ニシンの塩焼き ☆白菜のほたて風味和え	☆焼きそばパンと黒糖ロール ☆白菜のほたて風味和え ☆汁物	☆夏野菜と豚肉の南蛮丼 ☆冷奴 ☆フルーツ		
30	木	☆冷やしとろろうどん ☆フルーツ盛り合わせ ☆ゆかり御飯	☆巣ごもり玉子 ☆フルーツ盛り合わせ	☆天ぷら盛り合わせ ☆鶏肉と里芋の煮物		

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。

2016年  
**7月メニュー表**

暑い日が続く季節になりました。  
7月1日(金)は福岡アイディア料理「ザ!!ピザ風ポーク」、  
7月7日(木)は七夕にちなみ「バラ寿司」「七夕汁」を提供致します。

		朝 食		夕 食(御飯・汁物・香物付)
		和 食(御飯・汁物付)	洋 食(パン付)	
1	金	☆目玉焼き ☆おくらとモロヘイヤの和え物	☆目玉焼き ☆フルーツ	☆ザ!!ピザ風ポーク ☆ひじき煮 ☆カスタードプリン
2	土	☆ミートボールの野菜あんかけ ☆	☆ミートボールの野菜あんかけ ☆	☆魚塩焼き ☆ ☆
3 日 お 休 み				
4	月	☆シーカマバーグ焼き ☆なめ茸卸し	☆シーカマバーグ焼き ☆フルーツナタデココ	☆鶏唐揚げ ☆エスニック風サラダ
5	火	☆和風ロールキャベツ ☆ごぼうサラダ	☆ロールキャベツトマト煮 ☆ごぼうサラダ	☆スパゲティクリームソース ☆アジのパン粉焼き
6	水	☆炒り玉子 ☆高菜小エビ炒め	☆スクランブルエッグ ☆フルーツ	☆豚肉の和風玉葱ソース ☆大根と厚揚げの味噌煮
7	木	☆明太いわし ☆油麩と野菜の煮物	☆ハムサンドとツナロール ☆グラノラヨーグルト	☆バラ寿司 ☆鶏肉と冬瓜の治部煮風 ☆グレープフルーツゼリー ☆七夕汁
8	金	☆目玉焼きとチキンナゲット ☆めかぶとろろ	☆目玉焼きとチキンナゲット ☆フルーツ	☆焼き魚 ☆肉じゃが ☆なめこ汁
9	土	☆ウインナーと野菜の炒め物 ☆	☆ウインナーと野菜の炒め物 ☆	☆鶏肉の照り焼き ☆ ☆
10 日 お 休 み				
11	月	☆オムレツとリオナソーセージ ☆モロヘイヤとなめこの和え物	☆オムレツとリオナソーセージ ☆フルーツヨーグルト	☆牛スタミナ炒め ☆チョレギサラダ ☆枝豆塩茹
12	火	☆鮭塩焼き ☆春雨サラダ	☆ホットドックと黒糖ロール ☆春雨サラダ	☆ジャージャー麺 ☆海鮮焼売 ☆梅ゼリー ☆若布スープ
13	水	☆がんとじゃこ天の煮物 ☆ブロッコリーのほたて風味和え	☆南瓜のチーズグラタン ☆フルーツナタデココ	☆魚と鶏肉のムニエル ☆夏野菜のラタトゥイユ
14	木	☆玉子と野菜の炒め物 ☆オクラとえのきの和え物	☆フレンチトースト ☆ランチョンミートのサラダ	☆ポークカレー ☆アボカドとカニカマのサラダ ☆ブランマンジェ ☆レモンティー ☆薬味
15	金	☆豆腐ハンバーグ ☆さんま甘露煮	☆豆腐ハンバーグ ☆フルーツ	☆フライ盛り合わせ ☆五目煮豆 ☆フルーツ
16	土	☆ベーコンエッグ ☆	☆ベーコンエッグ ☆	☆鶏肉の辛味炒め ☆
17 日 お 休 み				
18 日 お 休 み				
19	火	☆ニシン塩焼き ☆油麩と里芋の煮物	☆スクランブルエッグとウインナー ☆フルーツヨーグルト	☆タコライス ☆豆腐チャンプルー ☆フルーツ ☆アーサーコンソメスープ
20	水	☆冷やし担々うどん ☆温泉玉子 ☆菜飯	☆巣ごもり玉子 ☆フルーツ盛り合わせ	☆とんかつ ☆ひじき煮
21	木	☆かに団子と野菜の煮物 ☆もやしと若布の和え物	☆ホットケーキ ☆かにボールのコンソメ煮	☆ハンバーグ ☆南瓜サラダ ☆フルーツ牛乳かん
22	金	☆オープンオムレツ ☆高菜と竹輪の炒り煮 ☆白粥又は御飯	☆オープンオムレツ ☆フルーツポンチ	☆魚の揚げおろし煮 ☆鶏肉とニンニクの芽の味噌炒め ☆雑穀米
23	土	☆エビカツ ☆	☆エビカツ ☆	☆豚肉のガーリック炒め ☆ ☆
24 日 お 休 み				
25	月	☆オムレツとベーコン ☆青菜お浸し	☆オムレツとベーコン ☆青菜とコーンのソテー	☆焼肉 ☆厚揚げと里芋の甘辛煮
26	火	☆テリヤキ鶏つくね ☆しらす卸し	☆チキンバーグクリームソース ☆フルーツ	☆黒酢豚 ☆海鮮焼売 ☆マンゴープリン ☆ニラときくらげの中華スープ
27	水	☆玉子オープン焼き ☆キャベツと小エビの青じそ和え	☆玉子オープン焼き ☆玄米フレークヨーグルト	☆魚煮付け ☆じゃが芋の麻婆炒め
28	木	☆豚肉と野菜の中華炒め ☆さんま甘露煮	☆チーズトーストとレーズンロール ☆オニオンスープ	☆夏野菜カレー ☆枝豆とツナのサラダ ☆フルーツ ☆レモンティー ☆薬味
29	金	☆鯖文化干焼き ☆胡瓜とハムの中華和え	☆サラダスパゲティ ☆フルーツ	☆豚肉生姜焼き ☆炒り豆腐 ☆くずまんじゅう
30 日 お 休 み				
31 日 お 休 み				

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。