



食堂メニュー NIFS Cafeteria



メニュー		9月29日 月(Mon.)	9月30日 火(Tue.)	10月1日 水(Wed.)	10月2日 木(Thu.)	10月3日 金(Fri.)
朝食	バイキング				カレー	蒸し鶏（ささみ）
					ハムステーキ	野菜コロッケ
					南瓜の煮物	蒸し餃子
					タラメンチカツ	ポテトサラダ
					菜の花の胡麻和え	ハムステーキ
					焼売	キムチ
					オニオンリング	金平牛蒡
					ひじき煮	漬物
					ブロッコリー	ブロッコリー
					コールスロー	コールスロー
昼食	メイン			フライドチキン	鯖の葱味噌焼き	豚肉の生姜焼き
				煮魚	チキン南蛮	南瓜のチーズ包み揚げ
				キムチチゲ煮	カツとし	軟骨煮
				冷しゃぶ	チキンのトマト煮	鯖の揚げ煮
	日替丼			麻婆丼	親子丼	オムライスデミ
	麺類			醤油ラーメン、うどん、そば、カレー		
夕食	夕食セット				チキン南蛮	トンカツ
					ポテトサラダ	小松菜のごまあえ
					揚げだし豆腐	肉じゃが

メニュー		10月6日 月(Mon.)	10月7日 火(Tue.)	10月8日 水(Wed.)	10月9日 木(Thu.)	10月10日 金(Fri.)
朝食	バイキング	海鮮チヂミ	ミニハンバーグ	鶏野菜肉巻き	カレー	蒸し鶏（ささみ）
		ミートボール	ジャーマンポテト	目玉焼き	ウインナーソテー	シシヤモフライ
		プレーンオムレツ	蒸し餃子	おくらなめたけ	タラメンチカツ	じゃがいも明太
		ポテトサラダ	串カツ	ハムステーキ	菜の花の胡麻和え	鰯大葉フライ
		焼きナポリタン	菜の花の胡麻和え	きゅうりのツナあえ	卵焼き	冷奴
		さつまいもコロッケ	焼きそば	野菜コロッケ	ミートボール	目玉焼き
		菜の花の胡麻和え	冷奴	キムチ	切り干し大根の煮物	ひじき煮
		漬物	漬物	漬物	福神漬け	漬物
		ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー
		コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
昼食	メイン	明太高菜とチーズの包み揚げ	チキンのトマト煮	チキンステーキ	豚肉のキムチチゲ煮	鶏手羽元のさっぱり煮
		油淋鶏	豚肉の生姜焼き	鯖の葱味噌焼き	カツとし	ジャンボ白身魚フライ
		チーズインハンバーグ	ハムカツ	あさりのチャウダー	鯖の塩焼き	チキン南蛮
		煮魚	鯖の揚げ煮	卵ソースの包み揚げ	唐揚げ	麻婆豆腐
	日替丼	カツ丼	そばめし	親子丼	牛丼	トマトハヤシライス
	麺類	みそラーメン、うどん、そば、カレー				
夕食	夕食セット	唐揚げ	ハンバーグ	麻婆豆腐	チキンカツ	チキンステーキ
		揚げだし豆腐	南瓜煮	野菜炒め	大学芋	揚げ餃子
		味噌マヨあえ	小松菜のごまあえ	揚げなす	揚げだし豆腐	野菜炒め

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューの変更がある場合がございます。何卒ご了承ください。



食堂メニュー NIFS Cafeteria



メニュー		10月13日 月(Mon.)	10月14日 火(Tue.)	10月15日 水(Wed.)	10月16日 木(Thu.)	10月17日 金(Fri.)
朝食	バイキング	 スポーツの日	ツナマヨオムレツ	ハンバーグ	カレー	蒸し鶏（ささみ）
			ミートボール	目玉焼き	焼きナポリタン	シシヤモフライ
			南瓜煮	ちくわ磯辺揚げ	さつまいもコロッケ	じゃがいも明太
			フライドポテト	大学芋	ミートボール	鰯大葉フライ
			おくらなめたけ	串カツ	ジャーマンポテト	冷奴
			切り干し大根の煮物	菜の花の胡麻和え	おくらなめたけ	目玉焼き
			カレーコロッケ	冷奴	チキンナゲット	ひじき煮
			漬物	漬物	漬物	漬物
			ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー
			コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
昼食	メイン		南瓜コロッケ	味噌カツ	油淋鶏	豚肉の生姜焼き
			ロールキャベツ	チキンのトマト煮	鯖の葱味噌焼き	麻婆豆腐
			チキン南蛮	焼肉サラダ	チキン南蛮	鮭の味噌マヨ焼き
			冷しゃぶ	鯖の南蛮漬け	明太高菜とチーズの包み揚げ	チキンカツ
			カレーうどん	牛丼	トマトハヤシライス	カツ丼
			豚骨ラーメン、うどん、そば、カレー			
夕食	夕食セット		チキンステーキ	チキン南蛮	冷しゃぶ	南瓜のチーズ包み揚げ
			肉じゃが	マカロニサラダ	筑前煮	冷奴
			小松菜の胡麻和え	野菜炒め	揚げだし豆腐	野菜炒め

メニュー		10月20日 月(Mon.)	10月21日 火(Tue.)	10月22日 水(Wed.)	10月23日 木(Thu.)	10月24日 金(Fri.)
朝食	バイキング	ミニハンバーグ	ちくわのマヨ焼き	豚肉と野菜の炒め物	カレー	蒸し鶏（ささみ）
		焼きそば	ジャーマンポテト	大学芋	焼きナポリタン	シシヤモフライ
		南瓜煮	焼きナポリタン	ハムステーキ	さつまいもコロッケ	じゃがいも明太
		おくらなめたけ	ウインナーソテー	菜の花のごまあえ	ミートボール	鰯大葉フライ
		コーンコロッケ	目玉焼き	ブレーンオムレツ	ジャーマンポテト	冷奴
		蒸し餃子	冷奴	蒸し焼売	おくらなめたけ	目玉焼き
		フライドポテト	メンチカツ	串カツ	チキンナゲット	ひじき煮
		漬物	漬物	キムチ	漬物	漬物
		ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー
		コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
昼食	メイン	チーズハンバーグ	八宝菜	蒸し鶏ガーリックナッツ風味	チキン南蛮	麻婆茄子
		回鍋肉	焼き魚	煮魚	冷しゃぶ	鰯フライ
		麻婆豆腐	明太高菜とチーズの包み揚げ	味噌カツ	軟骨煮	チキンのトマト煮
		鯖の揚げ煮	チキンステーキ	麻婆豆腐	白身魚フライ	和風ハンバーグ
		和風カレーうどん	親子丼	オムライスデミ	トマトハヤシライス	カツ丼
夕食	夕食セット	担々麺、うどん、そば、カレー				
		鶏肉の照り焼き	麻婆豆腐	鯖の揚げ煮	チキン南蛮	フライドチキン
		ポテトサラダ	野菜炒め	ひじき煮	小松菜の胡麻和え	揚げだし豆腐
		揚げ牛蒡	揚げ餃子	マカロニサラダ	なます	ポテトサラダ

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューの変更がある場合がございます。何卒ご了承ください。



食堂メニュー NIFS Cafeteria



メニュー		10月27日 月(Mon.)	10月28日 火(Tue.)	10月29日 水(Wed.)	10月30日 木(Thu.)	10月31日 金(Fri.)
朝食	バイキング	海鮮チヂミ	ツナマヨオムレツ	ハンバーグ	カレー	蒸し鶏（ささみ）
		ウインナーソテー	ミートボール	目玉焼き	焼きナポリタン	シシヤモフライ
		プレーンオムレツ	南瓜煮	ちくわ磯辺揚げ	さつまいもコロッケ	じゃがいも明太
		ポテトサラダ	フライドポテト	大学芋	ミートボール	鰹大葉フライ
		焼きナポリタン	おくらなめたけ	串カツ	ジャーマンポテト	冷奴
		さつまいもコロッケ	切り干し大根の煮物	菜の花の胡麻和え	おくらなめたけ	目玉焼き
		菜の花の胡麻和え	カレーコロッケ	冷奴	チキンナゲット	ひじき煮
		漬物	漬物	漬物	漬物	漬物
		ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー	ブロッコリー
		コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
昼食	メイン	チーズハンバーグ	あさりのキムチチゲ煮	鰹のから揚げおろしポン酢	軟骨煮	あさりのチャウダー
		青椒肉絲	から揚げ	チキンステーキ	フライドチキン	チキン南蛮
		麻婆豆腐	煮魚	ロールキャベツ	鯖の南蛮漬け	煮魚
		鯖の揚げ煮	鰹フライ	明太高菜とチーズの包み揚げ	麻婆豆腐	豚肉の生姜焼き
	日替丼	親子丼	そばめし	カツ丼	オムデミ	カレーうどん
	麺類	醤油ラーメン、うどん、そば、カレー				
夕食	夕食セット	チキン南蛮	鯖の塩焼き	から揚げ	チキンステーキ	鯖の揚げ煮
		マセドリアンサラダ	味噌マヨあえ	小松菜の胡麻和え	中華和え	ポテトサラダ
		筑前煮	牛蒡のから揚げ	肉じゃが	揚げだし豆腐	ひじき煮

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューの変更がある場合がございます。何卒ご了承ください。