



| メニュー |       | 12月1日<br>月(Mon.)  | 12月2日<br>火(Tue.) | 12月3日<br>水(Wed.) | 12月4日<br>木(Thu.) | 12月5日<br>金(Fri.) |
|------|-------|-------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 朝食   | バイキング | ミニハンバーグ           | ツナマヨオムレツ         | 豚肉と野菜のスープ煮       | カレー              | 蒸し鶏肉のポン酢かけ       |
|      |       | 卵焼き               | 鯵の大葉フライ          | ミニ串カツ            | 野菜かきあげ           | 野菜コロッケ           |
|      |       | フライドポテト           | ハムステーキ           | ワインナーソテー         | 南瓜の煮物            | 蒸し餃子             |
|      |       | おくらなめたけ           | 菜の花の胡麻和え         | マカロニサラダ          | 野菜コロッケ           | おくらなめたけ          |
|      |       | 焼きナポリタン           | ソース焼きそば          | シシヤモフライ          | 菜の花の胡麻和え         | ハムステーキ           |
|      |       | カレーコロッケ           | オニオングリング         | 切り干し大根の煮物        | 焼売               | キムチ              |
|      |       | 金平ごぼう             | 冷奴               | きゅうりの漬物          | ポテトサラダ           | 金平ごぼう            |
|      |       | ツボ漬け              | ツボ漬け             | ミートボール           | ひじき煮             | 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   | 麻婆豆腐              | チーズインハンバーグ       | 鯵の味噌煮            | カツとじ             | チキンのクリーム煮        |
|      |       | チキンステーキ           | 煮魚               | 鶏肉のチーズマヨ焼き       | 麻婆豆腐             | 鯵フライ             |
|      |       | 鯵の揚げ煮             | 油淋鶏              | カニクリームコロッケ       | 甘辛から揚げ           | 油淋鶏              |
|      |       | チキン南蛮             | 明太高菜とチーズの包み揚げ    | ハ宝菜              | 鯵の葱みそ焼き          | 和風ハンバーグ          |
|      | 日替丼   | 親子丼               | カツ丼              | 焼肉丼              | 親子丼              | トマトハヤシライス        |
| 夕食   | 麺類    | 醤油ラーメン、うどん、そば、カレー |                  |                  |                  |                  |
|      | タ食セット | 唐揚げ               | チキン南蛮            | フライドチキン          | 鯵の塩焼き            | トンカツ             |
|      |       | ブロッコリーのツナ和え       | ポテトサラダ           | 筑前煮              | 大根の酢の物           | 小松菜のごまあえ         |
|      |       | 味噌マヨあえ            | 揚げだし豆腐           | マセドリアンサラダ        | 揚げだし豆腐           | 肉じゃが             |

| メニュー |       | 12月8日<br>月(Mon.)  | 12月9日<br>火(Tue.) | 12月10日<br>水(Wed.) | 12月11日<br>木(Thu.) | 12月12日<br>金(Fri.) |
|------|-------|-------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 朝食   | バイキング | 海鮮チヂミ             | ミニハンバーグ          | 筑前煮               | カレー               | 鶏むね肉ともやしのナムル      |
|      |       | ミートボール            | フライドポテト          | サーモンマヨフライフライ      | ワインナーソテー          | シシャモフライ           |
|      |       | ブレーンオムレツ          | 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          | 鯵大葉フライ            |
|      |       | 焼きナポリタン           | 菜の花の胡麻和え         | じゃがいも明太           | 卵焼き               | 冷奴                |
|      |       | さつまいもコロッケ         | 焼きそば             | 焼きナポリタン           | ミートボール            | 目玉焼き              |
|      |       | おくらなめたけ           | 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   | チキンのトマト煮          | 焼き魚              | 鯵フライ              | 油淋鶏               | 麻婆なす              |
|      |       | 鯵のから揚げ柚子醤油あろしあけ   | ロールキャベツ          | 青椒肉絲              | 鯵の味噌煮             | チキン南蛮             |
|      |       | 豚肉の生姜焼き           | チキン南蛮            | 鶏肉のクリーム煮          | キムチチゲ煮            | 鯵の揚げ煮             |
|      |       | 南瓜コロッケ            | 鶏肉の塩麹味噌焼き        | ハムカツ              | ジャンボ白身魚フライ        | チーズインハンバーグ        |
|      | 日替丼   | 焼肉丼               | トマトハヤシライス        | カツ丼               | そばめし              | すきやきうどん           |
| 夕食   | 麺類    | 豚骨ラーメン、うどん、そば、カレー |                  |                   |                   |                   |
|      | タ食セット | 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 | 12月15日<br>月(Mon.) | 12月16日<br>火(Tue.) | 12月17日<br>水(Wed.) | 12月18日<br>木(Thu.) | 12月19日<br>金(Fri.) |
|------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 朝食   | バイキング             | ミニハンバーグ           | ツナマヨオムレツ          | 豚肉と白菜のちゃんこ鍋       | カレー               |
|      |                   | 卵焼き               | ミートボール            | ハンバーグ             | 野菜かきあげ            |
|      |                   | フライドポテト           | 南瓜煮               | ミニ串カツ             | 南瓜の煮物             |
|      |                   | おくらなめたけ           | 鯵しそフライ            | 大学芋               | 野菜コロッケ            |
|      |                   | 焼きナポリタン           | おくらなめたけ           | 蒸し焼売              | 蒸し餃子              |
|      |                   | カレーコロッケ           | 切り干し大根の煮物         | 菜の花の胡麻和え          | おくらなめたけ           |
|      |                   | 金平ごぼう             | カレーコロッケ           | 冷奴                | ハムステーキ            |
|      |                   | ツボ漬け              | 漬物                | 漬物                | キムチ               |
|      |                   | プロッコリー            | プロッコリー            | プロッコリー            | 金平ごぼう             |
|      |                   | コールスロー            | コールスロー            | コールスロー            | 漬物                |
| 昼食   | メイン               | 味噌カツ              | 八宝菜               | フライドチキン           | 焼き魚               |
|      |                   | 麻婆豆腐              | チキン南蛮             | 軟骨煮               | メンチカツ             |
|      |                   | 煮魚                | カツとじ              | 豚肉の生姜焼き           | 麻婆豆腐              |
|      |                   | 南瓜のチーズ包み揚げ        | 煮魚                | 鯵の味噌煮             | 鯵の葱みそ焼き           |
|      | 日替丼               | 和風カレーうどん          | トマトハヤシライス         | すきやきうどん           | チキン南蛮             |
| 夕食   | 麺類                | 坦々麺、うどん、そば、カレー    |                   |                   |                   |
|      |                   | 麻婆豆腐              | チキンステーキ           | チキン南蛮             | 芋煮                |
|      |                   | 南瓜煮               | 肉じゃが              | マカロニサラダ           | オムライスデミ           |
|      | タ食セット             | 味噌マヨあえ            | 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 | 12月22日<br>月(Mon.) | 12月23日<br>火(Tue.) | 12月24日<br>水(Wed.) | 12月25日<br>木(Thu.) | 12月26日<br>金(Fri.) |
|------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 朝食   | バイキング             | ミニハンバーグ           | ちくわの磯部あげ          | 筑前煮               | カレー               |
|      |                   | 卵焼き               | モヤシ炒め             | カレーコロッケ           | 焼きナポリタン           |
|      |                   | フライドポテト           | 焼きナポリタン           | ハムステーキ            | さつまいもコロッケ         |
|      |                   | おくらなめたけ           | ワインナーソテー          | 菜の花のごまあえ          | ミートボール            |
|      |                   | 焼きナポリタン           | 卵焼き               | プレーンオムレツ          | たこ焼き              |
|      |                   | カレーコロッケ           | 冷奴                | 蒸ししゅうまい           | おくらなめたけ           |
|      |                   | 金平ごぼう             | 蒸し餃子              | ポテトサラダ            | 大根サラダ             |
|      |                   | ツボ漬け              | 漬物                | キムチ               | 漬物                |
|      |                   | プロッコリー            | プロッコリー            | プロッコリー            | プロッコリー            |
|      |                   | 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               | 鯵フライ              | 酢鶏                | フライドチキン           | カニクリームコロッケ        |
|      |                   | 軟骨煮               | 鯵の葱味噌焼き           | 焼肉サラダ             | 鯵の塩焼き             |
|      |                   | 煮込みハンバーグ          | あさりのチャウダー         | 南瓜のチーズ包み揚げ        | 豚肉のキムチチゲ煮         |
|      |                   | 豚肉の生姜焼き           | チキンカツ             | 鯵の味噌煮             | チキン南蛮             |
|      | 日替丼               | あんかけやきそば          | 麻婆丼               | トマトハヤシライス         | カツとじ              |
| 夕食   | 麺類                | 味噌ラーメン、うどん、そば、カレー |                   |                   |                   |
|      |                   | 麻婆豆腐              | 麻婆豆腐              | 鯵の揚げ煮             | 親子丼               |
|      |                   | 南瓜煮               | 野菜炒め              | ひじき煮              | 和風カレーうどん          |
|      | タ食セット             | 味噌マヨあえ            | 揚げ餃子              | マカロニサラダ           | なます               |

冬期休業期間のため  
朝食提供なし冬期休業期間のため  
夕食提供なし

※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。