

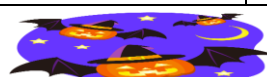
2026



歩夢 こんだてカレンダー



月	火	水	木	金	土	日
			1 ごはん ほっけフライ 焼きナス 白和え サラダ	2 ごはん 生姜焼き 一口銀鮭メンチカツ 白菜と青菜のお浸し サラダ	3 お休み	4 お休み
5 ごはん 唐揚げ オムレツ 小松菜のおひたし サラダ	6 ごはん きのこハンバーグ コロケ わかめと胡瓜の和え物 サラダ	7 ごはん さんまの竜田揚げ ミニグラタン レンコンの胡麻和え サラダ	8 ごはん 鶏肉のトマトソース あなごときゅうりの和え物 えのきおろし サラダ	9 お休み	10 お休み	11 お休み
12 お休み	13 ごはん とんかつ 卵の花 小松菜のおひたし サラダ	14 きのこご飯 焼き魚 プチ肉まん 豆と根菜の胡麻和え サラダ	15 ごはん ビーマンの肉詰め 里いも煮 麻婆豆腐 サラダ	16 ごはん ビックエビカツ つくね オクラの和え物 サラダ	17 お休み	18 お休み
19 ごはん アジフライ 焼きそば 青梗菜の和え物 サラダ	20 ごはん チキンカツのももいろタルタル 海鮮つみれのあんかけ マリネ サラダ	21 ごはん たら竜田のおろしソース プチハンバーグ なすのポン酢和え サラダ	22 ごはん 月見ハンバーグ 枝豆とコーンの天ぷら おひたし サラダ	23 ごはん 鶏肉の西京焼き コロケ 茄子といんげんのみそ和え サラダ	24 お休み	25 お休み
26 ごはん たらきのこあんかけ スタッフおすすめ一品 高野豆腐の煮物 サラダ	27 ごはん えびフライ ナポリタン オクラの和え物 サラダ	28 ごはん クリームコロケ ひじきの煮物 えのきおろし サラダ	29 ごはん カレイの唐揚げ ジャンボ焼売 もずく酢 サラダ	30 ごはん 梅しそロールかつ・海鮮焼売 豆乳がんもの含め煮 焼きナス 中学芋	31	



食材の仕入れの事情により、メニューが一部変更となる事があります。

〒020-0114 岩手県盛岡市高松3丁目7-33 TEL: 019-662-6852 FAX: 019-662-6872

