

令和元年 予定献立表

2020年

向陽高校 図南寮

日	曜日	朝食	昼食	夕食
1	水			
2	木			カツカレー、キャベツサラダ、コンソメスープ、フライドポテト
3	金			
4	土			
5	日			
6	月	米飯、チキンの塩焼き、野菜炒め、味噌汁、味付け海苔	米飯、魚の磯辺揚げ、ケーフイリチー、ウインナー、コロッケ、枝豆の梅肉和え	焼肉、パパイア炒め、もやしナムル、味噌汁、フルーツ
7	火	クロワッサン、じゃがバターソテー、生野菜サラダ、ミネストローネ、野菜ジュース、	米飯、酢豚、もやし炒め、ささ身の梅竜田、アーサ入り卵焼き	米飯、鮭のバジルフライ、酢の物、筑前煮、味噌汁
8	水	米飯、ポーク卵、野菜炒め、ゆし豆腐、味付け海苔	タコライス、ソーセージまん、デザート	米飯、チキンのポテト焼き、春巻き、白菜の中華炒め、かきたま汁
9	木	米飯、鯖の塩焼き、大根炒め、竹輪の磯辺揚げ、味噌汁	米飯、豚肉とナスの味噌炒め、うずらフライ、ミニトマト、アスパラ和え、鮭の卵焼き	米飯、トンカツ、エリンギと青菜炒め、春雨サラダ、コンソメスープ
10	金	食パン、スライスハム、ゆで卵、ブロッコリーソテー、ポタテチャウダー、豆乳飲料、フルーツ	米飯、からし菜炒め、焼きウインナー、焼売、きゅうりの和え物、エビフライ	米飯、生姜焼き、コールスロー、筑前煮、味噌汁
11	土	米飯、魚の西京焼き、大根の酢の物のきのこのソテー、味噌汁	鶏照り丼、マセドアンサラダ、フルーツ	クリームシチュー、シーザーサラダ、コンソメスープ、ほうれん草ソテー、手作りデザート
12	日	米飯、卵焼き、青菜の海苔和え、豚汁、納豆、フルーツヨーグルト	ミートソースパグティ、コロッケ、コンソメスープ、生野菜サラダ	米飯、肉じゃが、わかさぎの南蛮漬け、菜の花の和え物、味噌汁
13	月	米飯、ささ身フライ、パクチョイ炒め、きゅうりのツナ和え、すまし汁、フルーツ	ピラフ、コンソメスープ、柿とさつま芋サラダ、串カツ	米飯、鶏ムネ肉のチーズ焼き、麴ちゃん、ルー長芋の梅肉和え、味噌汁
14	火	クリームパン、ナゲット、ポイルウインナー、マカロニサラダ、白菜のスープ、野菜ジュース	米飯、グルコンのさっぱりソース、卵焼き、ピーマンとにんじんの金平、大学芋	米飯、八宝菜、中華和え、春巻き、中華スープ、フルーツ
15	水	米飯、鮭の塩焼き、きんぴらごぼう、卵焼き、アーサ入りゆし豆腐	牛丼、生野菜サラダ、ニラまんじゅう	白身魚フライ、ひじきの炒め煮、切干し大根のオイスターソース炒め、味噌汁
16	木	米飯、カニカマロール、千切りイリチー、ポーク、味噌汁、フルーツヨーグルト	米飯、筑前煮、チーズかつ、ブロッコリー和え、オムレツ	米飯、アジフライ、マカロニサラダ、菜の花の和え物、アーサ汁、デザート
17	金	ロールパン、ナゲット、シーザーサラダ、ほうれん草ソテー、キャベツのスープ、豆乳飲料	オムライス、温野菜サラダ、白身魚のアーモンドフライ、白菜スープ	ビーフシチュー、シーザーサラダ、コロッケ、デザート
18	土	米飯、焼きポチキ、レタスのツナ和え、きんぴらごぼう、味噌汁	カレーピラフ、小松菜炒め、枝豆の梅肉和え、コンソメスープ	米飯、豆腐ハンバーグ、じゃがいものそぼろ煮、和え物、味噌汁、
19	日	米飯、ししゃもフライ、キャベツ炒め、チキンの照焼き、味噌汁	焼きそば、温野菜、卵スープ	米飯、カツの黒酢ソース、ピーマン炒め、小籠包、すまし汁、フルーツ
20	月	米飯、肉団子のケチャップ煮、卵焼き、ブロッコリーのゴママヨ和え、ポタージュスープ	米飯、カラシ菜炒め、ササ身の竜田揚げ、マセドアンサラダ、明太卵焼き、里芋の味噌汁	米飯、サバの味噌煮、大根のそぼろ煮、ほうれん草のおひたし、いなむどうち
21	火	ロールパン、スライスハム、オムレツ、ミネストローネ、生野菜サラダ、フルーツ	ソースかつ丼、和え物、フルーツ	米飯、回鍋肉、揚げだし豆腐、もやしナムル、味噌汁、手作りデザート
22	水	米飯、インゲンソテー、ソーセージの天ぷら、青菜とシラスの和え物、ゆし豆腐、味付け海苔	揚げパン・カラフルソテー・クラムチャウダー・フルーツヨーグルト	ハヤシライス、温野菜サラダ、コロッケ、果物
23	木	米飯、アジフライ、切干し大根、はんぺんのカレー炒め、味噌汁	米飯、タンダーリーチキン、うずらフライ、ピーマンと人参の金平、白菜の和え物	米飯、豚テキ、じゃが芋の照り煮、パパイアサラダ、すまし汁
24	金	胚芽パン、青菜としめじソテー、ナゲット、温野菜サラダ、クリームスープ、ココア飲料	米飯、もやし炒め、中華サラダ、甘辛ミートボール、卵焼き、豚カツ	沖縄そば、いなり寿司、焼売、フルーツ
25	土	米飯、ひとくちあじ梅肉フライ、キャベツ炒め、味噌汁、フルーツ	炒飯、鮭のパン粉焼き、手羽餃子、ほうれん草のナムル	米飯、照り焼きチキン、生野菜サラダ、三色バターソテー、コンソメスープ
26	日	米飯、魚の磯辺揚げ、鶏つくね、キャベツ炒め、根菜スープ	ハヤシライス・ジャーマンポテト・わかめサラダ	米飯、サバの竜田揚げ、海藻サラダ、南瓜のそぼろあんかけ、かきたま汁
27	月	米飯、温野菜サラダ、きんぴらごぼう、お魚野菜ステーキ、パクチョイの味噌汁	米飯、ハンバーグ、菜の花ソテー、卵焼き、じゃが芋のそぼろ煮、エビフライ	米飯、魚のごまマヨ焼き、筑前煮、青菜のおひたし、アーサ汁、餃子
28	火	ピザパン、ハッシュポテト、小松菜ソテー、生野菜サラダ、コンソメスープ、野菜ジュース	米飯、ほうれん草炒め、春巻き、焼きウインナー、きゅうりの和え物、鮭の卵焼き	ジューシー、麴ちゃん、揚げ物、小松菜とえのきのお浸し、すまし汁
29	水	米飯、大根サラダ、にら卵焼き、ケーフイリチー、アーサ入りゆし豆腐	豚キムチ丼、和え物、ささ身フライ	根菜ハンバーグ、フライドポテト、温野菜サラダ、味噌汁、デザート
30	木	米飯、チキンの塩焼き、からし菜炒め、ポタージュスープ、枝豆入り卵焼き	米飯、豚肉とニンニクの芽炒め、ジャーマンソテー、インゲンソテー、白身魚フライ	米飯、鶏肉の黒酢漬け、粉ふき芋、南瓜のポタージュ、果物
31	金	ロールパン・野菜ジュース・うずらフライ、インゲンソテー、生野菜サラダ、コンソメスープ	米飯・チキンピカタ、三色ソテー、卵焼き、じゃが芋のそぼろ煮・鮭のごまマヨ焼き	米飯・鯖の味噌煮・筑前煮・アーサ汁、小松菜のおひたし、手羽餃子

※材料、その他の都合で変更する場合があります。