

2018年



平成30年度 予定献立表



向陽高校 図南寮

日	曜日	朝食	昼食	夕食
1	日	米飯、鶏つくね棒、ほうれん草炒め ハンパンの明太焼き、すまし汁	ミートパゲティ、菜の花の和え物 串カツ、あっさりスープ	米飯、唐揚げ、ハンパイヤシ 味噌汁、フルーツ
2	月	米飯、あじの大葉フライ、人参ソテー 色どり卵焼き、和え物、味噌汁	ゆかりご飯、焼肉、Eビチリ 大根サラダ、手羽餃子	豚カレー、キャベツサラダ、 バジルフライドポテト、手作りデザート
3	火	ホットドッグ、シーザーサラダ、ハッシュポテト コンスープ、野菜ジュース	米飯、豚カツ、ほうれん草ナムル ケブイチ、おムツ、コロッケ	米飯、ゴーヤチャンプル おからコロッケ、中身汁、フルーツ
4	水	米飯、ポーク卵、カラフルター ゆし豆腐、竹輪の磯部揚げ	牛丼、ブチ肉まん、海藻サラダ	米飯、魚の照り焼き、焼売 エリンギと玉葱のマネ、ミネストローネ
5	木	米飯、ソーゼージのピリ辛炒め、味噌汁 ほうれん草炒め、ハンパンの明太焼き	米飯、照焼き豚、春巻き、加カマール キャベツ炒め、モイイラ	米飯、回鍋肉、ブロッコリー炒め、 中華和え、わかめスープ、フルーツ
6	金	ツナサンド、生野菜サラダ、スクランブルエッグ 焼きハム、ハッシュポテト、クリームスープ、豆乳飲料	雑穀米、からし菜炒め、チーズスティック 絆入り卵焼き、かぼちゃサラダ、ハンバーグ	米飯、白身魚のアーモンドフライ、シーザーサラダ からし菜炒め、白菜スープ
7	土	米飯、ししゃもフライ、青菜のごま和え じゃがバター、大根の味噌汁	ソースカツ丼、ミニドッグ マセドアンサラダ	ちらし寿司、おの竜田揚げ、焼き餃子 インゲン和え、そうめん汁、デザート
8	日	米飯、ミニハンバーグ、キャベツ炒め 厚焼き卵、すまし汁	タコライス、デザート 鶏ささみのきゅうり和え	米飯、豆腐ハンバーグ、レタスツナ和え 茹で枝豆、揚げ物、コンスープ
9	月	米飯、鶏つくね棒、加カマール、野菜炒め 冬瓜のそぼろあんかけ、味噌汁	親子丼、大学芋、中華サラダ わかめスープ	米飯、チンジャオロース、ポテトサラダ 大根の甘酢和え、すまし汁、フルーツ
10	火	食パン、インゲンソテー、クリームコロッケ、フルーツ 生野菜サラダ、かぼちゃスープ、飲み物	五目みそラーメン、焼き餃子 中華和え、おにぎり	炊き込みご飯、豚肉のオムライス、コロッケ 小松菜とえのきのお浸し、味噌汁
11	水	米飯、特フライ、アサ入りゆし豆腐 パクチョイ炒め、モイのさっぱり和え	豚南蛮丼、ブロッコリー和え デザート	米飯、豆と牛肉のトマト煮、かき揚げ 酢味噌和え、味噌汁、
12	木	米飯、焼きポテト、キャベツ炒め レタスのはさみ揚げ、味噌汁、納豆	米飯、ゴーヤロールフライ、春雨サラダ ひじきの旨煮、串カツ	米飯、八宝菜、もやし和え、枝豆 肉団子揚げ煮、すまし汁
13	金	ピザトースト、ツナサラダ、おムツ コンソメスープ、飲み物、デザート	雑穀米、豚肉とコンニクの芽炒め、明太マカロ きゅうりの和え物、魚の磯部揚げ	沖縄そば、もずく酢、コロッケ、 ほうれん草の白和え、わかめご飯
14	土	米飯、魚の塩焼き、うずらフライ ソーゼージのピリ辛炒め、味噌汁	ビービンボ丼、和え物 ささみフライ、味噌汁	米飯、さんまの梅ソース、納豆味噌 汁と野菜のオムライス炒め、アサ汁、フルーツ
15	日	米飯、ミニハンバーグ、人参ソテー パクチョイ炒め、味噌汁	冷し中華、アサ入りかき揚げ カラフルター、かきたま汁	米飯、鶏ムネ肉のチーズ焼き シーザーサラダ、白菜のスープ
16	月	米飯、ポークインナー、ほうれん草ソテー 卵焼き、味噌汁	揚げパン、手羽先の煮物 カラフルター、クリームチャウダー、デザート	米飯、沖縄風煮付け、白菜炒め 串カツ、ハンパイヤシ、味噌汁
17	火	クリームパン、豚の塩焼き、ブロッコリーサラダ ハッシュポテト、ペーコン、野菜スープ、飲み物	米飯、ゲルムのさっぱりソース、卵焼き 二色天ぷら、アマの味噌炒め、	米飯、麻婆豆腐、春雨サラダ チーズかつ、ワンタンスープ
18	水	米飯、ししゃもフライ、麩チャンプル 鶏つくね、ゆし豆腐、納豆	鶏照り丼、白菜のツナ和え ソーゼージまん	米飯、鯖の味噌煮、厚揚げと人参炒め 春雨サラダ、味噌汁、手作りデザート
19	木	米飯、アジフライ、おろしらすの和え物 小松菜炒め、大根の味噌汁	炒飯、鮭のパン粉焼き、手羽餃子 ほうれん草のナムル	米飯、手作りメンチカツ、マカロニサラダ きんぴらごぼう、かきたま汁
20	金	ロールパン、スクランブルエッグ、焼きポテト ツナサラダ、あさりチャウダー、飲み物、デザート	米飯、青梗菜炒め、じゃがりこ 大根サラダ、豚ロール	米飯、豚の角煮と大根の煮物、コロッケ 青菜のお浸し、そうめん汁、フルーツ
21	土	米飯、海苔ごま炒め、金平ごぼう きゅうりのツナ和え、山東菜の味噌汁	おムツ、ハンパソテー、春巻き 肉団子のスープ	米飯、中華風豚カツ、キャベツサラダ Eビとじゃが芋のカレー炒め、味噌汁
22	日	米飯、鮭の卵焼き、ブロッコリーサラダ ひじきの旨煮、豆乳入り味噌汁	カレーうどん、もやしナムル ウインナードッグ	ハンパライス、生野菜サラダ バジルフライドポテト、デザート
23	月	米飯、魚のごまマヨ焼き、ケブイチ ごぼうサラダ、うずらフライ、アサ汁	米飯、豚ロースの味噌焼き、かぼちゃサラダ インゲンのカレー炒め、ささ身フライ	米飯、豚キ、人参ソテー わかさぎの南蛮漬、味噌汁
24	火	ハンバーグ、魚フライ、ナゲット ミネストローネ、フルーツ、飲み物	米飯、肉野菜炒め、オムツ 竹輪の磯部揚げ、しらす入り卵焼き	米飯、さんまのバジルライス、お炒め きゅうりの梅和え、ソース汁、デザート
25	水	米飯、ゲルム炒め、インゲン、もやし炒め 青菜のごま和え、ゆし豆腐	のり弁、ごま和え海藻サラダ ソーゼージまん	パイキング
26	木	米飯、魚の味噌焼き、絆入り卵焼き きんぴらごぼう、味噌汁	米飯、生姜焼き、からし菜炒め コロッケ、かりか小魚	米飯、ビーカツとEビの炒め、中華和え ハンパイヤシ、あっさりスープ、デザート
27	金	ロールパン、ポークソース、エールソーサラダ クリームスープ、ナゲット、飲み物	ゆかりご飯、ミニハンバーグ、三色ソテー ひじきの旨煮、れんこんのはさみ揚げ	米飯、サイコロステーキ、生野菜サラダ 南瓜のクリームスープ、フルーツ
28	土	米飯、海苔ごま炒め、ハンパの明太焼き 人参ソテー、アマの味噌汁、フルーツ	米飯、筑前煮、Eビチリ、コロッケ 中華サラダ	米飯、白身魚のねぎ梅みそ焼き、大学芋 大根の甘酢漬、串カツ、卵スープ
29	日	米飯、ポーク卵、モウイのツナ和え 小松菜炒め、そうめん汁	焼きそば、肉巻き、 中華おの和え物、コンソメスープ	米飯、鶏肉のマレード焼き、もやし和え 千切りイチ、味噌汁、フルーツ
30	月	米飯、お魚ステーキ、インゲンソテー、納豆 枝豆サラダ、具だくさん味噌汁	米飯、鯖の西京焼き、キャベツ炒め ひじきの旨煮、豚カツ	豚キムチ、バジルフライドポテト パンパングー、ブロッコリーのソテー、味噌汁
31	火	ロールパン、焼きハム、エールソーサラダ おムツ、根菜カレー、デザート	米飯、酢鶏、もやし炒め 中華和え、鮭の西京焼き	米飯、ビーフストロガノフ、野菜サラダ マッシュポテト、フルーツ

※材料、その他の都合で変更する場合があります。