



平成29年度 予定献立表

2018年

向陽高校 図南寮

日	曜日	朝食	昼食	夕食
1	木	米飯、焼きホーチキ、ケーブルリーチー、卵焼き、味噌汁	麻婆豆腐丼、春巻き、ポテトサラダ	米飯、煮付け、青菜のお浸し、味噌汁、肉まん
2	金	バーガーパン、温野菜サラダ、クリームスープ、フルーツ、野菜ジュース	米飯、焼肉、からし菜炒め、マカロニサラダ、枝豆入り卵焼き	沖縄そば、いなり寿司、もやしの和え物、シューまい、手作りちんぴん
3	土	米飯、肉団子のケチャップ煮、味噌汁、人参シリシリ、うずらフライ、フルーツ	黒米、野菜炒め、二色天ぷら、卵焼き、ゆかり和え、チキンの照り焼き	米飯、魚のゴママヨ焼き、春雨サラダ、大根のそぼろ煮、味噌汁
4	日	米飯、ほうれん草の卵とじ、金平ごぼう、鶏つくね棒、味噌汁	ピラフ、コーンスープ、柿とさつま芋のサラダ、南瓜コロッケ	米飯、クリームシチュー、レバーフライの甘辛野菜サラダ、デザート
5	月	米飯、鮭の味噌焼き、もやし炒め、納豆、味噌汁	米飯、メンチカツ、和え物、千切りイリチー、色とりどり卵焼き	米飯、チキンのトマト煮、ポテトサラダ、青菜のソテー、コーンスープ、フルーツ
6	火	食パン、ウインナー、ブロッコリー・ソテー、プレーンオムレツ、パン・キンスープ、飲み物	米飯、ミニハンバーグ、ホテトヒメジ炒め、三色ソテー、卵焼き	米飯、生姜焼き、キムチ和え、白菜の味噌汁、大学芋
7	水	米飯、からし菜炒め、ししゃもフライ、チキンのチーズ焼き、ゆし豆腐	タコライス、ソーセージまん、フルーツ	強ジューシー、筑前煮、焼魚、小松菜のお浸し、すまし汁
8	木	米飯、大根の昆布漬け、ウインナー炒め、竹輪の磯部揚げ、豆乳の味噌汁	米飯、わかさぎのケチャップ煮、鶏つくね、ブロッコリーの和え物、人参シリシリ、コロッケ	親子丼、揚げだし豆腐、和え物、味噌汁、フルーツ
9	金	ホットドッグ、オムレツ、根菜スープ、シーザー・サラダ、豆乳飲料	米飯、酢豚、インゲン炒め、揚げ物、カリカリ小魚、メンチカツ	米飯、鯖の味噌煮、小松菜のお浸し、豆腐チャンプルー、アーサ汁、デザート
10	土	米飯、グリルチキン、ほうれん草炒め、きゅうりの和え物、味噌汁	炒飯、野菜スープ、餃子、フルーツカクテル	米飯、八宝菜、バジルフライポテト、ツナサラダ、たけのこスープ
11	日	米飯、大根炒め、鮭の西京焼き、色とりどり卵焼き、味噌汁	カレーピラフ、ポタージュスープ、パパイヤサラダ	米飯、ミートローフ、キャベツのソテー・サラダ、味噌汁、デザート
12	月	米飯、チーズささみフライ、パクチヨイ炒め、卵焼き、すまし汁	米飯、肉野菜炒め、ケーブルリーチー、枝豆の梅肉和え、ウインナー、コロッケ	米飯、鮭のホイル焼き、ブロッコリーとホテト炒め、中華イカの和え物、卵スープ
13	火	ロールパン、野菜ジュース、ペーパーコン、揚げ物、マッシュルームスープ、ごぼうサラダ、ヨーグルト	米飯、チキンの甘酢、菜の花の肉巻き、ソテー、かぼちゃサラダ、ししゃもフライ	米飯、手作りハンバーグ、コルスローニング、エリンギと青菜炒め、コーンスープ、デザート
14	水	米飯、竹輪の磯部揚げ、カニカマロールもやし炒め、ゆし豆腐、フルーツ	豚カツ丼、アメリカンドック、シーザー・サラダ	米飯、白身魚のバジル焼き、豆腐チャンプルー、青菜のお浸し、中味汁
15	木	米飯、ささみフライ、厚焼き卵、コルスローニング、豆乳飲料、味噌汁、フルーツ	米飯、生姜焼き、エビチリ、鮭の磯部揚げ、ケーブルリーチー、インゲンの胡麻和え	米飯、チキン南蛮、酢味噌和え、すまし汁、イカと野菜のオイスター炒め
16	金	ツナサンド、豆乳飲料、ミネストローネ、生野菜サラダ、焼きハム、フルーツ	米飯、肉じゃが、春巻き、ひじきの旨煮、コロッケ	炊き込みご飯、ポークジンジャー、ほうれん草の白和え、そうめん汁
17	土	米飯、チキンの塩焼き、野菜炒め、インゲンのゴマ和え、味噌汁	あんかけ焼きそば、中華きゅうり、コンソメスープ、デザート	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
18	日	米飯、小松菜炒め、揚げ物、納豆、味付け海苔、みそ汁	煮込みうどん、魚天ぷら、キムチ和え、フルーツ	米飯、豚のスタミナ焼肉、アーサ入りかき揚げ、きゅうりのツナ和え、みそ汁
19	月	米飯、ホキフライ、ほうれん草ソテー、卵焼き、味噌汁	わかめご飯、豚ロースの味噌焼き、カニカマロール、竹輪のチーズ焼き、明太マカロニ、コロッケ	野菜カレー、きゅうりとしらすの和え物、ミニトマト、デザート
20	火	ロールパン、チリビーンズ、温野菜サラダ、根菜スープ、豆乳飲料	米飯、ミニハンバーグ、きんぴらごぼう、マセドアンサラダ、焼き鳥	米飯、トンテキ、しめじと青菜の炒め、和え物、パクチヨイの味噌汁、フルーツ
21	水	米飯、魚のゴママヨ焼き、小松菜炒め、れんこんのはさみ揚げ、ゆし豆腐	チキンヤオロース丼、ブロッコリーサラダ、肉まん	 バイキング 
22	木	米飯、ひじき入り卵焼き、ハムカツ、竹輪と野菜炒め、味噌汁	黒米、ピーマンの肉詰め、明太パスタ、うずらフライ、魚の磯部揚げ	米飯、豚キムチ、長芋の梅肉和え、中華スープ、手作りデザート
23	金	ロールパン、野菜ジュース、ツナサラダ、ペーパーコン、ナゲット、ミネストローネ、デザート	ハヤシライス、ジャーマンポテト、わかめのサラダ	米飯、魚の香味フライ、インゲンソテー、こふき芋、コンボタジュー
24	土	米飯、鮭フレーク、ホーチキ、野菜炒め、味噌汁	揚げパン、ブロッコリーソテー、クラムチャウダー、フルーツカクテル	鶏肉のバジル焼き、きんぴらごぼう、ほうれん草和え、味噌汁
25	日	米飯、チーズささみフライ、ひじきの旨煮、春雨サラダ、味噌汁	ミニトースパゲティ、生野菜サラダ、コンソメスープ	米飯、豚バラとナスのトマト煮、コロッケ、パパイヤイチロー、菜の花スープ、フルーツ
26	月	米飯、ミートボール、人参シリシリ、シューまい、すまし汁	炒飯、もやしと豚肉炒め、カニカマロール、じゃが芋と人参	米飯、白身魚のチリソース、煮物、春巻き、味噌汁
27	火	食パン、野菜ジュース、スクランブルエッグ、ウインナー、温野菜サラダ、白菜のスープ	ゆかりご飯、魚の南蛮、三色ソテー、にら卵焼き、コロッケ	米飯、豆腐ハンバーグ、南瓜のそぼろ煮、もやし和え、味噌汁
28	水	米飯、ハムカツ、野菜炒め、卵焼き、ゆし豆腐、味付け海苔	ソースかつ丼、ごぼうサラダ、フルーツ	米飯、さんまの梅ソース、人参シリシリ、味噌汁、パン・パンジー
29	木	米飯、ししゃもフライ、厚焼き卵、キャベツ炒め、すまし汁	米飯、鶏照り、野菜炒め、春雨サラダ、鮭のもみじ揚げ	米飯、サイコロステーキ、カットコン、グラッセ、大根サラダ、コンソメスープ、デザート
30	金	ツナサンド、ポイルウインナー、ハッシュポテト、カラフルサラダ、ポタージュスープ、飲み物	米飯、おからコロッケ、ケーブルリーチー、インゲンの胡麻和え、チキンロール	米飯、白身魚のケチャップかけ、中華サラダ、からし菜炒め、野菜スープ

※材料、その他の都合で変更する場合があります。