



# 献立表



岩見沢高等養護学校



日	曜日	朝食	昼食	夕食
1	木	ごはん みそ汁 さばの生姜煮 金平ごぼう	けんちんうどん 牛乳 ごぼうと豆の甘辛揚げ	タコライス もずくスープ マカロニサラダ
2	金	バターロール コーンスープ ポイルウインナー 野菜ソテー	ドライカレー 牛乳 チーズサラダ	帰省協力日
6	火	開舎日		みそカツ丼 根菜汁 ごま和え 手作りプリン
7	水	ごはん 卵焼き みそ汁 豆腐のおかか炒め	ごはん 牛乳 すまし汁 春巻き おからサラダ	ごはん みそ汁 魚のねぎみそ焼き こんにゃくの甘辛煮 もやしの和え物
8	木	ごはん 五目いなり煮 みそ汁 納豆和え	和風スパゲティー 牛乳 フルーツヨーグルト	ごはん クリームシチュー イカリングフライ ツナサラダ
9	金	コッペパン オニオンスープ ウインナーケチャップ炒め 野菜炒め	こぎつねごはん 牛乳 みそ汁 煮物	開拓丼 みそ汁 わさび和え 白玉のあべかわ
10	土	ごはん 中華卵 みそ汁 さつま揚げの甘辛煮	野菜たっぷりラーメン 牛乳 キムチ和え	ごはん みそ汁 枝豆つくね 彩りきんぴら マヨネーズ和え
11	日	シュガートースト 野菜スープ ヨーグルト	キムチチャーハン ナムル きのこのスープ	ハンバーグカレー 卵スープ ブロッコリーサラダ
12	月	ごはん ウインナー卵巻き みそ汁 高野豆腐煮	ごはん 牛乳 みそ汁 焼き魚 切り干しソース炒め	ごはん みそ汁 豚肉のみそ炒め お浸し 白滝の煮物
13	火	ごはん いわしの梅煮 みそ汁 なめたけ和え	セルフホットドッグ (コッペパン、ウインナー、キャベツ) 牛乳 野菜と卵のスープ	キムたくごはん たぬき汁 うま煮 梅肉和え
14	水	ごはん ミートボール みそ汁 大豆の煮物	ドリア風ピラフ 牛乳 わかめスープ ごぼうサラダ	ごはん 中華スープ くだもの マーボー豆腐 即席漬け
15	木	ごはん 納豆 みそ汁 ひじきの炒め煮	山菜きしめん 牛乳 おかか和え	ごはん すまし汁 いもの南蛮煮 豚肉の生姜焼き 塩だれキャベツ
16	金	バターロール バター醤油ソテー コーンスープ ハムソテー	チキンカレー 牛乳 アスパラガスとツナのサラダ	ごはん みそ汁 煮魚 にんじんシリシリ ゆかり和え
17	土	ごはん かに玉 みそ汁 野菜炒め	クリームソーススパゲティー 牛乳 あっさりサラダ	そぼろ丼 根菜汁 のりつく和え
18	日	ピザトースト ココア コールスローサラダ	ベーコンピラフ 卵スープ コロケ	ごはん みそ汁 厚揚げのカレー炒め ビーンズサラダ にんじんグラッセ
19	月	ごはん いわしのみぞれ煮 みそ汁 大根とがんもの煮物	ごはん 牛乳 みそ汁 白鶏じゃが カニかま和え	ペッパーランチ風ごはん きのこのスープ ブロッコリーサラダ
20	火	ごはん 納豆 みそ汁 たくあん和え	くるみパン ミネストローネ 牛乳 魚の香味焼き	ごはん みそ汁 鶏肉の梅マヨ焼き 五目きんぴら たたききゅうり
21	水	ごはん 卵焼き みそ汁 さつま揚げの炒め物	焼き豚チャーハン 中華スープ 牛乳 切り干し大根サラダ	シーフードカレー わかめスープ 枝豆サラダ ヨーグルト
22	木	ごはん シューマイ みそ汁 にんじんシリシリ	みそラーメン 牛乳 棒々鶏サラダ	帰省協力日
25	日	開舎日		ごはん 野菜とワンタンの中華スープ 中華風豆腐煮 春雨サラダ
26	月	ごはん ミートボール みそ汁 切り干し煮	ハヤシライス 牛乳 卵スープ フレンチサラダ	五目ごはん お吸物 魚の揚げ煮 からし和え
27	火	ごはん 納豆 みそ汁 キャベツの炒め煮	バターロール 豆乳スープ 牛乳 照り焼きチキン	ごはん みそ汁 春野菜サラダ 豚肉のBBQ炒め ポテトバター煮
28	水	ごはん さばの生姜煮 みそ汁 金平ごぼう	ごはん 牛乳 五月汁 揚げ餃子 ごまみそ和え	ごはん みそ汁 肉団子の甘酢あん こんにゃくのおかか煮 梅肉和え
29	木	ごはん 卵焼き みそ汁 野菜の炒め	ペンネナポリタン 牛乳 コーンサラダ	ネギ塩豚丼 根菜汁 もやしの和え物
30	金	コッペパン オニオンスープ 野菜ソテー ポイルウインナー	たけのこごはん 牛乳 鶏団子のお吸物 酢の物	ごはん みそ汁 さばのみそ煮 うま煮 きゅうりのごま醤油
31	土	ごはん 肉詰め稲荷煮 みそ汁 ちくわの鉄火煮	カレーうどん 牛乳 ハムサラダ	ごはん みそ汁 厚揚げの洋風炒め ポテトコロケと付け合わせ

\*材料購入の都合により献立の一部を変更することがあります。