



献立表



北海道岩見沢高等養護学校

日	曜日	朝 食	昼 食	夕 食
7	月	学年始休業日		ごはん みそ汁 魚フライ 五目煮 ごま和え
8	火	ごはん いわしおかか煮 みそ汁 納豆和え	バターロール 鶏肉の唐揚げ 牛乳 野菜と卵のスープ	ツナと塩昆布のごはん みそ汁 肉じゃが おかか和え
9	水	ごはん 卵焼き みそ汁 高野豆腐煮	わかめごはん 牛乳 かぼちゃ団子汁 チャプチェ	ごはん かき玉スープ 春巻き 厚揚げの中華炒め ナムル
10	木	ごはん 大豆の磯煮 みそ汁 シューマイ	五目うどん 牛乳 こんにゃくのごまみそ和え	すき焼き丼 みそ汁 なめたけ和え
11	金	バターロール オムレツ コーンスープ 野菜のバター醤油炒め	カレーライス 牛乳 ツナサラダ いちごババロア	ごはん みそ汁 さばのみそ煮 五色春雨 たたききゅうり
12	土	ごはん 金平ごぼう みそ汁 かに玉	ミートソーススパゲティー 牛乳 グリーンサラダ	ごはん チキンカツと付け合わせ野菜 和風野菜スープ スパゲティサラダ
13	日	ピザトースト ココア フレンチサラダ	ハムピラフ えのきのスープ オーロラサラダ	ハヤシライス 卵スープ ごまネーズ和え
14	月	ごはん さばの生姜煮 みそ汁 大根と肉団子煮	ごはん 牛乳 むらくも汁 スタミナ納豆 塩昆布和え	ごはん みそ汁 いもの南蛮煮 豚肉の生姜炒め ゆかり和え
15	火	ごはん 切り干し煮 みそ汁 納豆	コッペパン クリームシチュー 牛乳 ジャム ミモザサラダ	ごはん みそ汁 肉豆腐 カニかま和え もやしのピリ辛炒め
16	水	ごはん ちくわの鉄火煮 みそ汁 ミートボール	ごはん 牛乳 みそ汁 焼き魚 五目きんぴら	きつね丼 かみなり汁 酢の物
17	木	ごはん 鮭フレーク和え みそ汁 肉詰めいなり煮	しょうゆラーメン 牛乳 中華サラダ	ごはん みそ汁 あっさりサラダ 鶏肉のごまみそ焼き ポテトグラッセ
18	金	コッペパン オニオンスープ 野菜ソテー ウィンナーケチャップ炒め	マーボー豆腐丼 牛乳 もずくスープ からし和え	ごはん みそ汁 煮魚 金平だいこん 梅肉和え
19	土	ごはん シューマイ みそ汁 野菜の卵とし	山菜きしめん 牛乳 マヨネーズ和え	ごはん みそ汁 松風焼き 千草炒め 磯和え
20	日	ベーコンチーズパン 野菜スープ ヨーグルト	キムチチャーハン 春雨スープ 枝豆サラダ	ごはん すまし汁 ツナじゃが イカリリングフライ お浸し
21	月	ごはん にんじんシリシリ みそ汁 いわしのみぞれ煮	とりめし 牛乳 みそ汁 煮物	ごはん みそ汁 ポークチャップ マカロニサラダ くだもの
22	火	ごはん 金平ごぼう みそ汁 納豆	うぐいす豆パン 牛乳 ミネストローネ コロッケ	ドライカレー わかめスープ 大根サラダ
23	水	ごはん 豆腐のおかか炒め みそ汁 ウィンナー卵巻き	ツナピラフ 牛乳 豆腐スープ ナムル	ごはん みそ汁 焼き魚 野菜のピリ辛煮 わさび和え
24	木	ごはん 卵焼き のり佃煮 みそ汁 たくあん和え	春キャベツのスパゲティー 牛乳 フルーツポンチ	歓迎夕食会
25	金	バターロール コーンスープ スペイン風オムレツ 野菜ソテー	ごはん みそ汁 酢味噌和え 牛乳 さばのピリ辛焼き	ごはん みそ汁 ポテト金平 タンドリーチキン コーンサラダ
26	土	ごはん 中華卵 みそ汁 炒り豆腐	塩ラーメン 牛乳 キムチ和え	ごはん みそ汁 枝豆つくね おかかマヨ和え いもの南蛮煮
27	日	フレンチトースト カフェオレ 野菜入りスクランブルエッグ	カレーピラフ 卵スープ 切り干し大根のサラダ	ごはん みそ汁 エビフライ 厚揚げと野菜の炒め物 梅肉和え
28	月	ごはん さばのみそ煮 みそ汁 高野豆腐の煮物	ごはん 牛乳 根菜汁 春野菜と豚肉の炒め物	ごはん みそ汁 にんじんグラッセ 鶏肉のオニオンソース フレンチサラダ
29	火	ごはん 五目いなり煮 みそ汁 ひじきの炒め煮	ごはん みそ汁 親子煮 おかか和え	スタミナ丼 中華スープ もやしの酢の物
30	水	ごはん 納豆 みそ汁 野菜炒め	チャーハン 中華風コーンスープ 牛乳 春雨サラダ	ごはん みそ汁 切り干しナポリタン 魚のみそマヨ焼き ゆかり和え

※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。