




寄宿舍 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	火	学年始休業日		ツナと塩昆布のごはん みそ汁 肉じゃが おかか和え
8	水	ごはん 卵焼き みそ汁 高野豆腐煮	わかめごはん 牛乳 トックスープ チャプチェ	ごはん みそ汁 焼き魚 野菜のピリ辛煮 さっぱり和え
9	木	ごはん シューマイ みそ汁 大豆の磯煮	ミートソーススパゲティー 牛乳 ミモザサラダ ババロア	すき焼き丼 五目汁 もやしの酢の物
10	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	ごはん みそ汁 さばのみそ煮 五色春雨 たたききゅうり
11	土	ごはん かに玉 みそ汁 金平ごぼう	豚キムチラーメン 牛乳 棒々鶏サラダ	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
12	日	ピザトースト ココア フレンチサラダ	こぎつねごはん かみなり汁 なめたけ和え	ハヤシライス 卵スープ イタリアンサラダ
13	月	ごはん さばのみぞれ煮 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
14	火	ごはん 卵焼き みそ汁 切り干し煮	コッペパン クリームシチュー 牛乳 チョコクリーム 枝豆サラダ	ごはん みそ汁 肉豆腐 カニかま和え 野菜のピリ辛炒め
15	水	ごはん ミートボール みそ汁 ちくわの鉄火煮	ごはん 牛乳 旬みそ汁 ほっけのから揚げ 五目きんぴら	タコライス コンソメスープ マリネサラダ
16	木	ごはん 豆腐のおかか炒め みそ汁 鮭フレーク和え	けんちんうどん 牛乳 のり和え	ごはん みそ汁 あっさりサラダ 鶏肉のオニオンソース ポテトグラッセ
17	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	鶏そぼろ丼 牛乳 もずくスープ からし和え	ごはん みそ汁 松風焼き 金平だいこん 梅肉和え
18	土	ごはん シューマイ みそ汁 野菜の卵とし	和風スパゲティー 牛乳 グリーンサラダ	ごはん みそ汁 煮魚 干草炒め 磯和え
19	日	ベーコンチーズパン 野菜スープ ヨーグルト	あんかけチャーハン 春雨スープ 豆腐サラダ	ごはん すまし汁 ツナじゃが イカリングフライ お浸し
20	月	ごはん いわしの梅煮 みそ汁 にんじんシリシリ	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 さつまいものレモン煮
21	火	ごはん 納豆 みそ汁 金平ごぼう	セルフフィッシュサンド 牛乳 きのこスープ グリーンサラダ	ドライカレー わかめスープ 大根サラダ くだもの
22	水	ごはん 肉詰め稲荷煮 みそ汁 ひじきの炒め煮	ツナピラフ 牛乳 豆腐スープ コールスロー	ごはん かき玉スープ 春巻き 厚揚げの中華煮 ナムル
23	木	ごはん 卵焼き のり佃煮 みそ汁 たくあん和え	しょうゆラーメン 牛乳 大根サラダ	歓迎夕食会 
24	金	バターロール コーンスープ ハムソテー 野菜炒め	ごはん 牛乳 沢煮椀 焼き魚 ごまみそ和え	てりたま丼 みそ汁 ポテト金平 コーンサラダ
25	土	ごはん 中華卵 みそ汁 オイスター炒め	五目さしめん 牛乳 ボン酢和え	ごはん みそ汁 枝豆つくね おかかマヨ和え いもの南蛮煮
26	日	フレンチトースト カフェオレ 枝豆サラダ	カレーピラフ ふわふわスープ 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
27	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 いも団子汁 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
28	火	ごはん 五目いなり煮 みそ汁 鮭フレーク和え	うぐいす豆パン 牛乳 ミネストローネ スパイスチキン	スタミナ丼 キムチスープ もやしの酢の物
29	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 春雨サラダ	ごはん みそ汁 洋風ソテー 魚のチーマヨ焼き あっさりサラダ
30	木	ごはん 卵焼き みそ汁 金平ごぼう	春野菜のペペロンチーノ 牛乳 コロケ フルーツポンチ	五目ごはん じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 きゅうりのごま醤油

※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。