



献立表



岩見沢高等養護学校



| 日 | 曜日 | 朝食 | 昼食 | 夕食 |
|----|----|---------------------------------|--|--|
| 1 | 金 | コッペパン オニオンスープ ポイルウインナー 野菜ソテー | キーマカレー 牛乳 豆まめサラダ | ごはん きのことスープ ハニーマスタードチキン ポテトのバター煮 切り干し大根のサラダ |
| 2 | 土 | ごはん シューマイ みそ汁 ひじきの炒め煮 | ぶりカツ丼 みそ汁 牛乳 こいのぼりサラダ | 閉舎日 |
| 10 | 日 | 閉舎日 | | ごはん みそ汁 煮込みハンバーグ グリーンサラダ きのことソテー |
| 11 | 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 すまし汁 焼き魚 みそ金平 | ごはん みそ汁 豚肉のさんみ焼き お浸し 白滝の煮物 |
| 12 | 火 | ごはん いわしの梅煮 みそ汁 たくあん和え | バターロール 豆乳スープ 牛乳 照り焼きチキン | ツナと塩昆布のごはん みそ汁 うま煮 ポン酢和え |
| 13 | 水 | ごはん ミートボール みそ汁 大豆の煮物 | キムたくごはん 牛乳 わかめスープ 野菜の韓国風煮 | シーフードカレー コンソメスープ 枝豆サラダ ヨーグルト |
| 14 | 木 | ごはん 納豆 みそ汁 ひじきの炒め煮 | みそラーメン 牛乳 中華和え | ごはん すまし汁 鶏肉の唐揚げ いもの煮物 やみつきキャベツ |
| 15 | 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 | ごはん 牛乳 旬みそ汁 塩肉じゃが カニかま和え | ごはん みそ汁 さばのみそ煮 五目煮 おかか和え |
| 16 | 土 | ごはん かに玉 みそ汁 野菜炒め | 焼きうどん みそ汁 牛乳 ごま和え | 三色丼 いも団子汁 のりつく和え |
| 17 | 日 | カレーチーストースト カフェオレ コールスロー | 天津飯 わかめスープ 春雨サラダ | ごはん ポトフ ビーンズサラダ ミートボールケチャップ煮 くだもの |
| 18 | 月 | ごはん さばのみぞれ煮 みそ汁 大根とがんもの煮物 | ごはん 牛乳 回鍋肉 具たくさん中華スープ | ビビンバ丼 ニラ玉スープ ナムル |
| 19 | 火 | ごはん 卵焼き みそ汁 野菜のオイスター炒め | くるみパン トマトスープ 牛乳 魚の香味焼き | ごはん みそ汁 鶏肉の梅マヨ焼き ツナじゃが たたききゅうり |
| 20 | 水 | ごはん 納豆 みそ汁 鮭フレーク和え | ツナピラフ コーンスープ 牛乳 オーロラサラダ | ごはん みそ汁 こんにゃくの甘辛煮 揚げ出し豆腐の五目あん おかか和え |
| 21 | 木 | ごはん シューマイ みそ汁 にんじんシリシリ | 和風スパゲティー 牛乳 おからサラダ | ごはん みそ汁 豚肉の香味炒め 大根のみそ煮 わさび和え |
| 22 | 金 | ごはん ミートボール みそ汁 野菜炒め | すき焼き丼 牛乳 みそ汁 塩昆布和え | ごはん オニオンスープ カルトッチョ 野菜の洋風煮 イタリアンサラダ |
| 23 | 土 | ごはん みそ風味卵 みそ汁 なめたけ和え | しょうゆラーメン 牛乳 らっきょう和え | ごはん チゲ風スープ チャプチェ 磯和え キムムッチ |
| 24 | 日 | ツナマヨトースト 野菜スープ ヨーグルト | 焼き豚チャーハン 中華スープ 切り干し大根サラダ | セルフカツ丼 みそ汁 ゆかり和え |
| 25 | 月 | ごはん 五目いなり煮 みそ汁 切り干し煮 | たけのごはん 牛乳 鶏団子のお吸物 ごま和え | ごはん みそ汁 魚の揚げ煮 白滝煮 からし和え |
| 26 | 火 | ごはん 納豆 みそ汁 キャベツの炒め煮 | セルフハンバーガー (パンズ、ハンバーグ、チーズ) 牛乳 野菜と卵のスープ フライドポテト | ごはん みそ汁 豚肉のBBQ 炒め スパゲティーサラダ 洋風煮 |
| 27 | 水 | ごはん 卵焼き みそ汁 金平ごぼう | ごはん 牛乳 五月汁 魚の塩麹焼き 酢みそ和え | ごはん 中華スープ くだもの マーボー豆腐 えびマヨサラダ |
| 28 | 木 | ごはん さばのみそ煮 みそ汁 にんじんシリシリ | きつねうどん 牛乳 黒蜜フルーツ寒天 | 開拓丼 根菜汁 もやしの和え物 |
| 29 | 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 | ハヤシライス 牛乳 卵スープ ごぼうサラダ | ごはん みそ汁 大葉つくね うま煮 きゅうりのごま醤油 |
| 30 | 土 | ごはん 肉詰め稲荷煮 みそ汁 ちくわの鉄火煮 | ツナトマトスパゲティー 牛乳 ハムサラダ | ごはん 野菜ミルクスープ 洋風含め煮 ポテトコロッケと付け合わせ |
| 31 | 日 | ピザトースト ココア フレンチサラダ | ベーコンピラフ ゼリー 野菜と水餃子のスープ | オムカレー わかめスープ あっさりサラダ |

*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。