

12月 献立表



岩見沢高等養護学校

日	曜日	朝食	昼食	夕食
1	火	ごはん　肉詰め稲荷煮 みそ汁　たくあん和え	セルフツナマヨパン　牛乳 野菜と卵のスープ　フライドポテト	ごはん　五目汁　うま煮 魚のみそ漬焼き　お浸し
2	水	ごはん　しらすわかめの卵焼き みそ汁　さつま揚げの甘辛煮	にんねぎチャーハン　牛乳 豆腐スープ　メンマ和え	かき揚げ丼　石狩汁 梅肉和え
3	木	ごはん　納豆 みそ汁　大根とがんもの煮物	ペンネアラビアータ 牛乳　カリカリサラダ	ごはん　酸辣湯　春雨サラダ 鶏と卵の中華炒め　フルーツポンチ
4	金	コッペパン　ウインナーケチャップ炒め オニオンスープ　ブロッコリーソテー	ごはん　牛乳　みそ汁 焼き魚　ひじきの炒め煮	ごはん　みそ汁　枝豆つくね 野菜のバタポン炒め　おかか和え
5	土	ごはん　カニ玉 みそ汁　野菜炒め	焼きそば　中華スープ 牛乳　中華サラダ	ごはん　ペイザンヌスープ　くだもの チキンカツ　フレンチサラダ
6	日	フレンチトースト　カフェオレ ロールキャベツ煮	ナシゴレン　きのこスープ オーロラサラダ	シーフードカレー　わかめスープ あっさりサラダ
7	月	ごはん　いわしおかか煮 みそ汁　わかめの煮物	開拓丼　牛乳　すまし汁 ごまじゃこ和え	ごはん　みそ汁　豚肉のガーリック炒め ポテトサラダ　洋風きんぴら
8	火	ごはん　五目いなり煮 みそ汁　大根と肉団子の煮物	バターロール　クラムチャウダー 牛乳　コロッケ　豆まめサラダ	ごはん　みそ汁　ラー油和え 鶏肉の唐揚げ　きのこ炒め
9	水	ごはん　シューマイ　ふりかけ みそ汁　金平ごぼう	菜めし　いも団子汁 牛乳　ちゃんちゃん焼き	五目ごはん　みそ汁 ツナじゃが　ごま和え
10	木	ごはん　ウインナー卵巻き みそ汁　切り干し煮	カレーうどん　牛乳 ちくわの磯辺揚げ　なめたけ和え	ごはん　けんちん汁　酢の物 すき焼き風煮　くだもの
11	金	ごはん　納豆 みそ汁　野菜の炒め煮	とりめし　牛乳 旬みそ汁　煮物	ごはん　クリームシチュー 手作りオムレツ　さつま芋サラダ
12	土	ごはん　炒り豆腐 みそ汁　さつま揚げと白菜煮	和風スパゲティー 牛乳　コーンサラダ	ごはん　みそ汁　カニかま和え ほっけの揚げ煮　彩りきんぴら
13	日	大学トースト　ポテトスープ ブロッコリーサラダ	天津飯　わかめスープ 梅肉和え	タレかつ丼　どさんこ汁 塩昆布和え
14	月	ごはん　さばのみそ煮 みそ汁　にんじんシリシリ	ごはん　牛乳　さつま汁 スタミナ納豆　わかめ和え	ごはん　中華スープ　家常豆腐 中華サラダ　揚げ餃子
15	火	ごはん　ミートボール みそ汁　鮭フレーク和え	ごまパン　和風野菜スープ 牛乳　照り焼きチキン	ハヤシライス　卵スープ グリーンサラダ
16	水	ごはん　シューマイ みそ汁　高野豆腐の煮物	ツナと塩昆布ごはん　牛乳 おでん風煮　おかかチーズ和え	ごはん　みそ汁　わさび和え 焼き魚　いもの南蛮煮
17	木	ごはん　きのこ信田煮 みそ汁　キャベツの炒め煮	ガタタンラーメン　牛乳 ゆかり和え　くだもの	ウィンターディナーパーティー
18	金	バターロール　オムレツ コーンスープ　野菜ソテー	ごはん　もずくスープ 牛乳　プリプリ中華炒め	ごはん　みそ汁　魚のピカタ かぼちゃサラダ　洋風含め煮
19	土	ごはん　豆腐のおかか炒め みそ汁　ごまみそ和え	親子うどん　牛乳 みそ汁　マヨしょうゆ和え	ネギ塩豚丼　けんちん汁 のりつく和え
20	日	ちくわパン風　ヨーグルト 野菜スープ	わかめごはん　チャプチェ キムチチゲ風スープ	ごはん　みそ汁　厚揚げの中華炒め うずらの甘辛煮　即席漬け
21	月	ごはん　いわしのみぞれ煮 みそ汁　大根とがんもの煮物	セルフフルーツサンド　牛乳 ミネストローネ　オムレツ	ビビンバ丼　サムゲタン風スープ ピリ辛和え　くだもの
22	火	ごはん　納豆 みそ汁　切り干し煮	ごはん　牛乳　冬至かぼちゃ団子 根菜汁　魚のゆずみそ焼き	ごはん　みそ汁　筑前煮 豚肉の香味炒め　お浸し
23	水	ごはん　ちくわのオイマヨ炒め みそ汁　大豆の磯煮	中華丼　春雨スープ 牛乳　からし和え	ごはん　みそ汁　魚のねぎだれがけ きのこのバター醤油炒め　ポン酢和え
24	木	ごはん　卵焼き　味のり みそ汁　金平ごぼう	クリームソーススパゲティー 牛乳　イタリアンサラダ	ごはん　坦々ごま鍋　鍋パ 学給だいふく
25	金	バターロール　ハムソテー オニオンスープ　野菜炒め	カレーライス　ツリーサラダ 牛乳　もみの木ハンバーグ	帰省協力日

※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。