



12月

献 立 表



岩見沢高等養護学校

日	曜日	朝 食	昼 食	夕 食
1	月	ごはん みそ汁 いわしの梅煮 ふきの炒め煮	冬野菜カレー フルーツヨーグルト 牛乳	ごはん 煮浸し 吉野汁 マカロニ和風サラダ 豚肉の生姜焼き
2	火	ごはん みそ汁 ミートボール たくあん和え	コッペパン きのこスープ 牛乳 チリコンカン カルボナーラポテト	ごはん 魚のみそマヨ焼き 五目汁 お浸し うま煮
3	水	ごはん みそ汁 卵焼き ふりかけ さつま揚げの甘辛煮	チャーハン 野菜と肉団子の中華スープ 牛乳 大学芋	かき揚げ丼 ポン酢和え 石狩汁
4	木	ごはん みそ汁 納豆 大根とがんもの煮物	和風スパゲティー パリパリサラダ 牛乳	ごはん サンラータン マーボー豆腐 杏仁豆腐 春雨サラダ
5	金	コッペパン オニオンスープ ワインアケチャップ炒め プロッコリーソテー	ごはん 焼き魚 牛乳 みそ汁 五目うの花	ごはん 枝豆つくね きのこのバタポン炒め おかか和え
6	土	ごはん みそ汁 カニ玉 野菜炒め	しょうゆラーメン 牛乳 中華サラダ	ごはん ペイザンヌスープ くだもの ポテトコロッケ フレンチサラダ
7	日	ちくわパン風 野菜スープ	ナシゴレン オーロラサラダ 豆腐スープ	ミートボールカレー わかめスープ あっさりサラダ
8	月	ごはん みそ汁 さんまごまみそ煮 ひじきの炒め煮	開拓丼 切り干し大根のサラダ 牛乳 すまし汁	ごはん 豚肉のガーリック炒め みそ汁 プロッコリーサラダ フライドポテト
9	火	ごはん みそ汁 五目いなり煮 大根と肉団子の煮物	ごまパン 牛乳 コロッケ コーンチャウダー	海南鶏飯 野菜と春雨のスープ ソムタム風サラダ
10	水	ごはん みそ汁 シューマイ 切り干し煮	ごはん 牛乳 オハウ ちゃんちゃん焼き	五目ごはん ツナじゃが みそ汁 ごま和え
11	木	ごはん みそ汁 ワインアケ巻き 金平ごぼう	カレーうどん ちくわの磯辺揚げ 牛乳 からし和え	ごはん 水餃子鍋 手作りふりかけ ナムル 学給だいふく
12	金	ごはん みそ汁 納豆 野菜の炒め煮	とりめし みそ汁 牛乳 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
13	土	ごはん みそ汁 炒り豆腐 さつま揚げと白菜煮	ツナトマトスパゲティー 牛乳 コーンサラダ	ごはん みそ汁 ほかか和え ほっけの揚げ煮 彩りきんぴら
14	日	大学トースト きのこのスープ	天津飯 梅肉和え わかめスープ	タレかつ丼 塩昆布和え どさんこ汁
15	月	ごはん みそ汁 さばのみそ煮 にんじんシリシリ	ごはん 牛乳 スタミナ納豆 さつま汁 おかか和え	ごはん 中華スープ 中華サラダ 家常豆腐 揚げ餃子
16	火	ごはん みそ汁 シューマイ 鮭フレーク和え	バターロール 牛乳 和風野菜スープ サクサクチキン	ハヤシライス コーンサラダ 卵スープ
17	水	ごはん みそ汁 ミートボール 高野豆腐の煮物	ガタタンラーメン 牛乳 ゆかり和え	ごはん みそ汁 焼き魚 わさび和え いものごまおかかバター
18	木	ごはん みそ汁 納豆 キャベツの炒め煮	キムたくごはん 牛乳 おでん風煮 ツナ和え	ウインターディナーパーティー
19	金	バターロール コーンスープ 野菜ソテー	ごはん 牛乳 もずくスープ プリプリ中華炒め	ごはん みそ汁 かぼちゃサラダ 魚のピカタ 洋風含め煮
20	土	ごはん みそ汁 豆腐のおかか炒め ごまみそ和え	焼きうどん みそ汁 牛乳 大根サラダ	ネギ塩豚丼 のりつく和え けんちん汁
21	日	フレンチトースト 野菜入りスクランブルエッグ	菜めし チャプチャ サムゲタン風スープ	ごはん みそ汁 うずらの甘辛煮 厚揚げの中華炒め 即席漬け
22	月	ごはん みそ汁 納豆 大根とがんもの煮物	ごはん 牛乳 根菜汁 冬至かぼちゃ団子 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	火	ごはん みそ汁 いわしのみぞれ煮 切り干し煮	セルフフルーツサンド ミネストローネ 牛乳	ビビンバ丼 ピリ辛和え かき玉汁 くだもの
24	水	ごはん みそ汁 ちくわのオイマヨ炒め ひじきの炒め煮	カレーライス 大根サラダ	ごはん みそ汁 きのこのバター醤油炒め 魚のねぎだれがけ ポン酢和え
25	木	ごはん みそ汁 卵焼き 金平ごぼう	クリームソーススパゲティー ババロア 牛乳 イタリアンサラダ	ケチャップライス 照り焼きチキン 野菜のスープ ごぼうサラダ
26	金	バターロール オニオンスープ ハムソテー 野菜炒め	すき焼き丼 みそ汁 牛乳 ごま和え	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。

