

平成29年 11月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
1	水	朝	ご飯	炒り豆腐	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	ちゃんぽんうどん		手羽先の唐揚げ	海藻サラダ	ジョア/かき
		夕	ご飯	鶏肉のハニーマスタード焼き	おかか和え	みそ汁	抹茶プリン
2	木	朝	フレンチトースト	ソーセージソテー	-	野菜スープ	牛乳
		昼	ご飯	鮭のキノコあんかけ	野菜の胡麻酢和え	きりたんぼ汁	バナナババロア
		夕	ご飯	青椒肉絲	もやしとわかめのナムル	中華風卵スープ	黒ゴマババロア
3	金	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	青菜とコーンのソテー	みそ汁	-
		昼	親子丼		塩昆布和え	みそ汁	飲むヨーグルト
		夕	ご飯	白身魚のねぎみそ焼き	もやしのナムル	すまし汁	ミルク寒 マンゴーソース
4	土	朝	テイクアウト				
		昼	高菜炒飯		揚げ餃子	野菜スープ	練乳ミルクプリン
		夕	ご飯	豚の竜田揚げ	青菜のナムル	みそ汁	アセロラゼリー
5	日	朝	ご飯	ハムソテー	じゃが芋の千切り炒め	みそ汁	-
		昼	ナポリタンスパゲティ		卵サラダ	野菜スープ	カフェオレプリン
		夕	ご飯	イカの辛味炒め	青菜のおかか和え	みそ汁	みかん寒
6	月	朝	ご飯	炒り鶏	じゃこ炒め	みそ汁	-
		昼	さつまいもご飯	鱈のパン粉焼き	ハムとコーンのサラダ	みそ汁	ミルクプリン ブルーベリーソース
		夕	ご飯	肉野菜炒め	春雨サラダ	野菜スープ	アセロラゼリー
7	火	朝	パン	スクランブルエッグ	-	ポトフスープ	牛乳
		昼	ご飯	麻婆厚揚げ	豆もやしのナムル	中華スープ	はちみつレモンゼリー
		夕	ご飯	ブリ大根	白菜とツナのサラダ	みそ汁	フルーツミルク寒
8	水	朝	ご飯	目玉焼き	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	いわしのかば焼き丼		ほうれん草の磯辺和え	みそ汁	黒ゴマプリン
		夕	寄宿舍 リクエスト献立				
9	木	朝	ご飯	厚焼き玉子	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	きなこ揚げパン	鶏肉のトマトソースがけ	花のつぼみサラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	鮭の塩麴焼き	もやしの中華和え	みそ汁	マンゴープリン
10	金	朝	ご飯	ベーコンエッグ	小松菜としめじの煮浸し	みそ汁	-
		昼	ご飯	豚肉のみそ漬け焼き	いかと里芋の煮物	かきたま汁	パイン寒
		夕	ご飯	ホキのフライ	人参のたらこ炒め	みそ汁	ミルクティプリン
11	土	朝	ご飯	豆腐と小松菜のピリ辛炒め	根菜の炒め物	みそ汁	-
		昼	サンドイッチ		スペアリブのマーレード煮	ミネストローネ	ジョア
		夕	ご飯	塩鶏	スパゲティサラダ	野菜スープ	抹茶黒蜜プリン
12	日	朝	ご飯	ハムピカタ	ひじきの煮物	みそ汁	-
		昼	ほうとううどん		青菜の磯辺和え	焼きいも	牛乳
		夕	ご飯	カジキの照り焼き	切干大根のナムル	けんちん汁	ヨーグルトプリン
13	月	朝	ご飯	納豆	筑前煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	秋刀魚の唐揚げ	白菜のサラダ	豚汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏のきんぴらチーズ焼き	青菜とじゃこのサラダ	春雨スープ	黄桃ババロア
14	火	朝	バタートースト	ハム野菜ソテー	ゆで卵	-	ホットココア
		昼	ポーク野菜カレー		豆マメまめサラダ	野菜スープ	フルーツヨーグルト
		夕	ご飯	白身魚の和風あんかけ	パリパリサラダ	みそ汁	カラメルプリン
15	水	朝	ご飯	巣ごもり卵	豚バラ蓮根炒め	野菜スープ	-
		昼	ご飯	鶏肉のたらこマヨネーズ焼き	揚げだし豆腐	みそ汁	苺ミルクプリン
		夕	寄宿舍 ご当地グルメ献立				

※献立は食材等の都合により、変更することがあります。