

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	火	朝 ご飯	肉じゃが	五目豆	みそ汁	-	
	火	昼 ご飯	鯖の塩こうじ焼き	青菜のごま和え	みそ汁	柏餅	
2	水	朝	ポークカレー	コールスローサラダ	-	フルーツヨーグルト	
	水	昼 代休					
3	木	朝	憲法記念日				
	木	昼					
4	金	朝	みどりの日				
	金	昼					
5	土	朝	こどもの日				
	土	昼					
6	日	朝	開舎日				
	日	昼					
7	月	朝	テイクアウト				
	月	昼 ご飯	回鍋肉	海藻サラダ	中華スープ	牛乳	
8	火	朝	ビーマンの肉詰め	卵サラダ	野菜スープ	黒ごまプリン	
	火	昼 ご飯	鶏つくねの照り焼き	蓮根のきんぴら	みそ汁	牛乳	
9	水	朝	鶏キムチ炒め	大根サラダ	野菜スープ	杏仁豆腐	
	水	昼 ご飯	白身魚の香草パン粉焼き	10品目サラダ	みそ汁	ジョア	
10	木	朝	鶏肉のハニーマスタード焼き	ごぼうサラダ	中華スープ	アセロラゼリー	
	木	昼 ご飯	ホッケの一夜干し	じゃがいもの千切り炒め	かきたま汁	-	
11	金	朝	千草焼き	青菜の香味醤油和え	みそ汁	牛乳	
	金	昼 ご飯	かに玉風甘酢あんかけ	青菜のごま和え	みそ汁	クリームチーズゼリー	
12	土	朝	納豆	きんぴらごぼう	みそ汁	-	
	土	昼 ご飯	アジフライ	コーンサラダ	みそ汁	チョコプリン	
13	日	朝	春キャベツの重ね蒸し	シーザーサラダ	野菜スープ	ミルクプリン 苺ソース	
	日	昼	テイクアウト				
14	月	朝	野菜塩タンメン	春雨サラダ	-	フルーツ白玉	
	月	昼 ご飯	鯖のカレーから揚げ	わかめの中華和え	みそ汁	はちみつレモンゼリー	
15	火	朝	目玉焼き	ひじきの煮物	みそ汁	-	
	火	昼 ご飯	鶏肉のたらこマヨネーズ焼き	コンビネーションサラダ	野菜スープ	牛乳	
16	水	朝	肉野菜炒め	野菜のごま酢和え	みそ汁	豆乳プリン	
	水	昼 ご飯	鯖の塩焼き	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-	
17	木	朝	五目あんかけ焼きそば	じゃこサラダ	中華スープ	ココナッツミルクプリン	
	木	昼 ご飯	ブルコギ風炒め	青菜のナムル	わかめスープ	みかん寒	
18	金	朝	炒り豆腐	じゃがいもの甘辛炒め	みそ汁	-	
	金	昼 ご飯	鶏の照り焼き	キャベツの梅肉おかつ和え	すまし汁	牛乳	
19	土	朝	鯖の南蛮漬け	ツナサラダ	みそ汁	抹茶寒	
	土	昼 パン	青菜のキッシュ	ジャーマンポテト	-	ジョア	
20	日	朝	豆腐ハンバーグ	白滝のきんぴら	みそ汁	牛乳	
	日	昼 ご飯	イタリアンチキン照り焼き	パンキンサラダ	野菜スープ	ブルーベリーババロア	
21	月	朝	厚焼き玉子	信田煮	みそ汁	-	
	月	昼 ご飯	鯖のマヨコーン焼き	グリーンサラダ	野菜スープ	ブラマンジェ 黄桃ソース	
22	火	朝	ドライカレー	マカロニサラダ	-	ヨーグルトゼリー	
	火	昼 パン	フレンチトースト	ハムと野菜のチーズ焼き	-	ミネストローネ	
23	水	朝	ハンバーグ	カレー風味	バリバリサラダ	野菜スープ	牛乳
	水	昼 ご飯	八宝菜	中華風サラダ	中華スープ	マンゴープリン	
24	木	朝	ソーセージポトフ	キャベツのクリーム煮	-	バナナ	
	木	昼 パン	サンドイッチ	ポテトサラダ	野菜スープ	ヨーグルトプリン	
25	金	朝	ご飯	厚揚げのオイスター炒め	ごぼうサラダ	みそ汁	豆乳プリン
	金	昼 パン	ハムエッグ	-	野菜スープ	オレンジ	
26	土	朝	キャベツとチキンの和風スパゲッティ	青菜とじゃこのサラダ	野菜スープ	チョコプリン	
	土	昼 ご飯	魚のホイルみそ焼き	ポテトサラダ	すまし汁	ピーチババロア	
27	日	朝	鰯の干物	切り干し大根の煮物	みそ汁	-	
	日	昼 ご飯	シイラの竜田揚げ	青菜ともやしのナムル	みそ汁	牛乳	
28	月	朝	和風チキンステーキ	ミモザサラダ	野菜スープ	カラメルミルクプリン	
	月	昼 パン	ジャーマンポテト	白菜のクリーム煮	-	カップヨーグルト	
29	火	朝	肉団子の甘酢あんかけ	筑前煮	酸辣湯	ジョア/キウイフルーツ	
	火	昼 ご飯	タンダーチキン	豆まめマメサラダ	野菜スープ	練乳ミルクプリン	
30	水	朝	鯖の文化干し	小松菜としめじの煮浸し	みそ汁	-	
	水	昼 ご飯	鯖のごまみそ焼き	ひじきの煮物	みそ汁	牛乳	
31	木	朝	鶏つくねハンバーグ	梅のさっぱりサラダ	みそ汁	ミルクプリン 黒蜜きなこソース	
	木	昼 パン	フレンチトースト	ソーセージソテー	-	野菜スープ	
32	金	朝	ハヤシライス	コールスローサラダ	野菜スープ	ミルクプリン	
	金	昼 ご飯	連根のはさみ揚げ	塩昆布和え	みそ汁	抹茶黒蜜プリン	
33	土	朝	ウインナーと野菜ソテー	小松菜と油揚げの煮浸し	みそ汁	-	
	土	昼 ご飯	麻婆豆腐	わかめサラダ	中華スープ	牛乳	
34	日	朝	イカと野菜の辛味炒め	青菜の磯部和え	みそ汁	小豆ミルクプリン	
	日	昼	テイクアウト				
35	月	朝	かきたまうどん	野菜のかき揚げ	磯部和え	フルーツミルクプリン	
	月	昼 ご飯	豆腐と白菜のピリ辛炒め	青菜のごま和え	みそ汁	コーヒーゼリー	
36	火	朝	炒り豆腐	野菜ソテー	すまし汁	-	
	火	昼 ご飯	青椒肉絲	もやしナムル	中華スープ	タピオカ入りココナッツミルク	
37	水	朝	オムライス	コールスローサラダ	野菜スープ	ブラマンジェ 苺ソース	
	水	昼 ご飯	切り干し大根入り厚焼き玉子	白滝のきんぴら	みそ汁	-	
38	木	朝	グリーンピースご飯	白身魚のフライ	かきたま汁	ジョア	
	木	昼 ご飯	鶏の甘酢あんかけ	青菜ともやしのナムル	中華スープ	黄桃寒	
39	金	朝	パン	巣ごもり卵	コーンソテー	野菜スープ	-
	金	昼 ご飯	豚しゃぶおろしうどん	野菜のかき揚げ	じゃこサラダ	オレンジ	
40	土	朝	豚肉の生姜焼き	根菜のきんぴら	すまし汁	黒ごまプリン	
	土	昼 ご飯	塩肉じゃが	竹輪と野菜の炒め物	みそ汁	-	
41	日	朝	イカと大豆のごまみそがらめ	おかか和え	みそ汁	牛乳	
	日	昼	寄宿舎リクエスト献立(ご飯、デミグラスハンバーグ、シーザーサラダ、野菜スープ、はちみつレモンゼリー)				
42	月	朝	パン	ソーセージソテー	-	ミネストローネ	
	月	昼 ご飯	エビピラフ	スパニッシュオムレツ	カラフルマリネ	野菜スープ	りんご/牛乳
43	火	朝	魚のホイルみそ焼き	わかめと胡瓜の酢の物	みそ汁	抹茶プリン	
	火	昼 ご飯					