

# 平成30年12月献立表(予定)

		主食	主菜	副菜	汁物	その他
1	朝	テイクアウト				
	昼	小松菜と鶏肉の和風スパゲティ		コールスローサラダ	野菜スープ	バニラミルクプリン
	夕	寮祭 保護者会提供(ガパオライス、照り焼き丼、野菜スープ)				
2	朝	ご飯	鯖の文化干し	ごぼうと白滝の炒め物	みそ汁	-
	昼	お茶漬け		鶏と大根の煮物	-	アセロラゼリー
	夕	ご飯	白身魚のごまマヨネーズ焼き	人参サラダ	みそ汁	ヨーグルトゼリー
3	朝	ご飯	ソーセージソテー	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
	昼	ご飯	鶏肉の照り焼き	大根のそぼろあんかけ	みそ汁	りんご/牛乳
	夕	ご飯	豚肉のBBQソース	卵サラダ	みそ汁	カラメルミルクプリン
4	朝	パン	スクランブルエッグ	じゃがいもとコーンの炒め物	野菜スープ	-
	昼	五目炒飯		春巻き/やみつきキャベツ	中華スープ	牛乳
	夕	ご飯	白身魚の和風あんかけ	ひじきサラダ	みそ汁	抹茶寒
5	朝	ご飯	笹かまのマヨネーズ焼き	蓮根きんぴら	みそ汁	-
	昼	パン	スパニッシュオムレツ	コールスローサラダ	野菜スープ	ジョア
	夕	ご飯	鶏肉の甘酢あんかけ	ほうれん草のナムル	中華スープ	豆乳プリン
6	朝	ご飯	肉じゃが	白菜と油揚げの煮浸し	みそ汁	-
	昼	ナポリタンスパゲティ		マセドアンサラダ	オニオンスープ	キウイフルーツ/牛乳
	夕	ご飯	ささみチーズフライ	切り干し大根のアラビータ	野菜スープ	ミルクプリン 黄桃ソース
7	朝	フレンチトースト	ベーコンソテー	-	野菜スープ	バナナ
	昼	ご飯	いかと大豆のかりんと揚げ	ゆかり和え	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	青椒肉絲	わかめナムル	もやしのピリ辛スープ	マンゴープリン
8	朝	ご飯	納豆	信田煮	すまし汁	-
	昼	皿うどん		もやしのナムル	卵スープ	ココナッツミルクプリン
	夕	ご飯	鯖のカレーから揚げ	春雨サラダ	みそ汁	ミルクティプリン
9	朝	ご飯	ハムピカタ	じゃがいもの千切り炒め	野菜スープ	-
	昼	ビビンバ丼		春巻き	わかめスープ	杏仁豆腐
	夕	ご飯	塩鶏	人参のたらこ炒め	みそ汁	抹茶ババロア
10	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	五目豆	みそ汁	-
	昼	ご飯	白身魚の西京みそ焼き	野菜のごま和え	けんちん汁	みかん/牛乳
	夕	ご飯	鮭のマッシュポテト焼き	コーンサラダ	野菜スープ	ぶどうゼリー
11	朝	シュガートースト	ウイナーソテー	-	野菜スープ	ジョア
	昼	ご飯	ポークピカタ	人参サラダ	野菜スープ	牛乳
	夕	ご飯	かに玉風甘酢あんかけ	もやしナムル	春雨スープ	黒ゴマプリン
12	朝	ご飯	肉じゃが	白菜と油揚げの煮浸し	みそ汁	-
	昼	茶飯	千種焼き	からし和え	すまし汁	牛乳
	夕	ご飯	鮭のバター照り焼き	おさつサラダ	みそ汁	ミルクプリン ブルーベリーソース
13	朝	ご飯	ホッケー夜干し	筑前煮	みそ汁	-
	昼	ガパオ風炒めご飯		春雨サラダ	中華風卵スープ	ココナッツミルクプリン
	夕	ご飯	チキンソテーマトソース	パンプキンサラダ	クリームスープ	アセロラゼリー
14	朝	ご飯	巣ごもり卵	かみかみふりかけ	みそ汁	-
	昼	ご飯	鮭の幽庵焼き	ひじきサラダ	豚汁	牛乳
	夕	ご飯	エビチリ	もやしのナムル	中華スープ	なめらか杏仁豆腐
15	朝	テイクアウト				
	昼	オムライス		ツナサラダ	野菜スープ	いちごミルクプリン
	夕	ご飯	豚肉の和風おろしソース	切り干し大根のナムル	中華スープ	りんごゼリー
16	朝	ご飯	豚肉と野菜の卵とじ	ひじきの煮物	みそ汁	-
	昼	ソース焼きそば		ゆかり和え	中華スープ	オレンジゼリー
	夕	ご飯	蒸し鶏の香味ソース	タラモサラダ	みそ汁	カルピスゼリー
17	朝	ご飯	ベーコンエッグ	青菜とコーンのソテー	野菜スープ	-
	昼	ご飯	白身魚の香草パン粉焼き	10品目サラダ	野菜スープ	牛乳
	夕	ご飯	豚肉のネギ塩焼き	やみつきキャベツ	みそ汁	チョコプリン
18	朝	ご飯	ホッケー夜干し	きんぴらごぼう	みそ汁	-
	昼	醤油ラーメン		手羽先のから揚げ/わかめナムル	-	牛乳
	夕	ご飯	酢豚	もやしとハムの中華和え	粟米湯	タピオカ入りココナッツミルク
19	朝	バタートースト	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
	昼	ご飯	鯖の塩こうじ焼き	切り干し大根の煮物	みそ汁	ジョア
	夕	クリスマス献立(ご飯、ビーフシチュー、シーザーサラダ、カスタードプリン、ジョア)				
20	朝	ご飯	鮭の塩焼き	青菜の煮浸し	みそ汁	-
	昼	エビピラフ	骨付きフライドチキン	森のきのこサラダ	コーンクリームスープ	チョコカップケーキ/牛乳
	夕	ご飯	八宝菜	もやしの中華和え	中華スープ	まるやか杏仁豆腐
21	朝	ご飯	炒り鶏	白滝の炒め物	みそ汁	-
	昼	豚肉のかきたまうどん		揚げ餃子/大根サラダ	-	アセロラゼリー
	夕	チーズカレーライス		グリーンサラダ	-	ヨーグルトプリン
22	朝	閉舎				
	昼					
	夕					

※献立は、食材等の都合により変更する場合があります。