

令和3年3月前半 予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	月	朝	ご飯	ハムエッグ	おくら納豆	みそ汁	—
	昼	わかめご飯	鶏のから揚げ	コーン入りマカロニサラダ	みそ汁(大根・えのき)	牛乳 / いちご	
	夕	ご飯	鯖の味噌煮	青菜と高野豆腐のお浸し	すまし汁	ミルクプリンメープルソース	
2	火	朝	ご飯	塩秋鮭	白菜ときのこの煮びたし	みそ汁	—
	昼	ジャージャー麺		揚げ餃子	酸辣湯	タピオカミルクプリン	
	夕	茶飯	おでん	大豆のドレッシングサラダ	—	ブラマンジェ黄桃ソース	
3	水	朝	ご飯	塩肉じゃが	ふりかけ	みそ汁	—
	昼	鮭ちらし寿司	三色シュウマイ	春キャベツとわかめのナムル風	菜の花の澄まし汁	苺ミルクプリン/雛あられ	
	夕	ご飯	鱈の南蛮漬け	青菜の胡麻和え	みそ汁	カップヨーグルト	
4	木	朝	パン	スパニッシュオムレツ	—	トマトスープ	ジョア
	昼	ご飯	鯖の若菜蒸し	キャロットラペ	みそ汁(白菜・油揚げ)	みかん入りみるく寒	
	夕	ご飯	チキン南蛮	小松菜の辛し和え	みそ汁	カフェオレプリン	
5	金	朝	ご飯	青菜と春雨の炒め物	かみかみふりかけ	みそ汁	—
	昼	チキンカツ丼		パリパリサラダ	わかめスープ	タピオカ入りヨーグルト	
	夕	ご飯	厚揚げとにらのひき肉炒め	コーンサラダ	みそ汁	抹茶寒	
6	土	朝	ご飯	塩昆布入り厚焼き玉子	(きんぴらごぼう)	みそ汁	牛乳
	昼	カレーうどん	竹輪の磯辺揚げ	野菜の即席漬け	—	カップヨーグルト	
	夕	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き	大根と梅のさっぱり和え	澄まし汁	ブラマンジェ黄桃ソース	
7	日	朝	バターシュガートースト	ポトフ	—	牛乳	バナナ
	昼	ご飯	コロッケ	たまごサラダ	みそ汁	カラメルプリン	
	夕	ご飯	鶏のはちみつレモン焼	野菜とじゃこのおかか和え	みそ汁	ブラマンジェブルーベリーソース	
8	月	朝	ご飯	ベーコンエッグ	かみかみふりかけ	みそ汁	—
	昼	ご飯	鮭の西京焼き	水菜とザーサイとささみのサラダ	みそ汁(玉ねぎ・じゃが芋)	牛乳 / みかん	
	夕	ご飯	回鍋肉	じゃが芋とツナのサラダ	みそ汁	ミルクティプリン	
9	火	朝	ご飯	塩昆布入り卵焼き	白菜ときのこの煮びたし	みそ汁	—
	昼	マカロニグラタン		ポテトサラダ	野菜春雨スープ	チョコカップケーキ	
	夕	寄宿舎中3リクエスト献立(ご飯/鶏ささみとブロッコリーのフリッター/水菜ときのこのサラダ/コーンポタージュスープ/アセロラゼリー)					
10	水	朝	シナモントースト	ウインナーと野菜ソテー	—	クリームスープ	バナナ
	昼	ご飯	千草焼き	筑前煮	すまし汁	フルーツポンチ	
	夕	分散会食メニュー(角煮丼、ミネストローネスープ、鶏のから揚げ、カニクリームコロッケ、卵焼き、サーモンマリネ、ほうれん草ごま和え、漬物、フルーツ)					
11	木	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	ひじきと大豆の煮もの	みそ汁	—
	昼	ミートソーススパゲッティ	鶏のから揚げ	ほうれん草の磯辺和え	野菜スープ	チョコプリン	
	夕	ご飯	赤魚の煮つけ	青菜のおろし和え	みそ汁	チーズデザート	
12	金	朝	ご飯	肉じゃが	ふりかけ	みそ汁	ジョア
	昼	卒業祝い献立(お赤飯/エビフライ/ミモザサラダ/澄まし汁/プリンアラモード)					
	夕	ご飯	ミートローフ	コールスローサラダ	野菜スープ	ミルクプリン黒糖ソース	
13	土	パンセツト(ピロシキ、メロンパン、牛乳、バナナ)					
	昼	お茶漬け		炒り鶏	大根のゆかり和え	マンゴープリン	
	夕	ご飯	鯖のムニエルイタリアンソース	グリーンサラダ	野菜スープ	なめらか杏仁豆腐	
14	日	朝	ご飯	卵と野菜の蒸し焼き	かみかみふりかけ	みそ汁	—
	昼	ドライカレーライス		ツナサラダ	野菜スープ	フルーツみるく寒	
	夕	ご飯	和風ポークステーキ	マセドアンサラダ	みそ汁	ブラマンジェいちごソース	
15	月	朝	ご飯	塩秋鮭	(大豆とひじきの煮物)	みそ汁	—
	昼	サンドウィッチ		おさつサラダ	クラムチャウダー	フルーツヨーグルト	
	夕	ご飯	ブルコギ炒め	海藻サラダ	みそ汁	黒ゴマプリン	