

学校・寄宿舍予定献立表

March
3月
week I

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

	朝食 7:30~	昼食 school 12:40~ day off 12:00~	夕食 18:00~
1 (水)	わかめごはん 高野豆腐のみそ汁 肉じゃが たたききゅうり 657kcal	牛乳 野菜醤油ラーメン 焼き餃子 ソフールプレーン 925kcal	ごはん 芋と玉葱のみそ汁 さわらの香味焼き 青梗菜の中華風炒め スイートポテト 856kcal
2 (木)	ごはん キャベツのみそ汁 さつま揚げの煮物 白菜の納豆和え 578kcal	牛乳 ごはん 大根のみそ汁 鮭ごまみそ焼き ほうれん草のサラダ 824kcal	ごはん かぶの中華風スープ チンジャオロース もやしのナムル 黒糖蒸しパン 885kcal
3 (金)	牛乳 バターロールサンド (たまご・ウインナー) レタスのスープ 野菜ソテー 739kcal	牛乳 桜ちらし寿司 すまし汁 五目たまご焼き 千切り三色野菜 ももゼリー 897kcal	海藻炊き込みご飯 薩摩芋のみそ汁 豆腐の真砂揚げ 大学かぼちゃ 青菜のなめたけ和え 825kcal
4 (土)	ごはん ふりかけ えのきのみそ汁 竹輪の炒り煮 磯辺和え 538kcal	牛乳 ナポリタン りんごとキャベツのサラダ レモンマフィン 816kcal	ごはん 小松菜のみそ汁 和風ハンバーグ 野菜ソテー 春雨マヨサラダ 822kcal
5 (日)	ミルクティー メープルトースト クリームシチュー 野菜サラダ バナナ 725kcal	ジョアマスカット ちゃんぽん麺 豆腐焼売 898kcal	コーンバターごはん ポテトスープ タンドリーチキン パスタツナサラダ 808kcal



* 材料等 購入の都合により献立が変更になることがあります。

学校・寄宿舍予定献立表

March
3月
week 2

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

6 (月)	ごはん 味付けのり 豆腐と若布のみそ汁 さつまいもの炒り煮 味付き肉団子 533kcal	牛乳 ごはん ほうれん草のみそ汁 鰯ザンギ 切干大根とひじきのサラダ 884kcal	カツ丼 いんげんのみそ汁 二色浸し 伊予柑 917kcal
7 (火)	ごはん 大根のみそ汁 豚肉と牛蒡のカキ油炒め たたききゅうり 白桃缶 548kcal	牛乳 焼きそばパン かぼちゃポタージュ マカロニサラダ ミニトマト 822kcal	ツナの炊き込みご飯 いなか汁 手羽先と卵のさっぱり煮 野菜のピーナツ和え 914kcal
8 (水)	ごはん かぶのみそ汁 豚バラ大根 ごぼうサラダ 676kcal	牛乳 ごはん じゃが芋のみそ汁 鶏肉の照り焼き 小松菜のサラダ 851kcal	ごはん 厚揚げのみそ汁 かれいフライ キャベツのサラダ みたらし芋もち 974kcal
9 (木)	ごはんツナマヨ 野菜スープ スクランブルエッグ 水菜のサラダ 560kcal	牛乳 かきあげうどん バナナ 元気ヨーグルト 874kcal	ごはん きのこのみそ汁 ポークソテー カリカリ油揚げサラダ オレンジゼリー 908kcal
10 (金)	ごはん 絹さやのみそ汁 鰯のみそ焼き ほうれん草のソテー ヤクルト400 531kcal	牛乳 ビビンバ コーンの中華スープ キャベツのナムル 918kcal	ごはん 小松菜のみそ汁 チキンポテサラ焼き 人参のサラダ 北海道南瓜プリン 852kcal
11 (土)	ミルクココア ベーコンチーズトースト かぶのスープ さつまいものミルク煮 サウザンアイランドサラダ 751kcal	牛乳 五目うどん 牛蒡のかき揚げ ちくわの磯辺揚げ フルーツりんごゼリー和え 869kcal	焼き豚チャーハン 大根の中華スープ 揚げ春巻き もやしのナムル オレンジ 827kcal
12 (日)	ごはん 玉葱のみそ汁 白身魚のムニエル 野菜炒め 640kcal	ジョアストロベリー クリームパスタ ツナ和え 816kcal	ポークカレー 福神漬け 野菜サラダ パインヨーグルト 860kcal

* 材料等 購入の都合により献立が変更になることがあります。



北海道高等学校 専攻科 情報デザイン科
マルチメディア専攻コース (デザイン系)
Copyright © 2020
Kakuei KODAI Hokkaido high school for the Deaf

学校・寄宿舎予定献立表

March
3月
week 3

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

13 (月)	ごはん ふのりのみそ汁 焼きさつま揚げ 切干大根のお浸し 520kcal	牛乳 ごはん 大根とえのきのみそ汁 ほっけのもみじ焼き ほうれん草の海苔和え 887kcal	ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 照り焼きハンバーグ フライドポテト イタリアンサラダ 940kcal
14 (火)	ごはん 豚もやし汁 青梗菜としめじの卵炒め フルーツ和え カップ納豆 665kcal	牛乳 角食パン チョコクリーム 豆とウインナーのスープ かぼちゃコロッケ シーザーサラダ 889kcal	ごはん キャベツのスープ 豚肉のチーズ焼き 温野菜サラダ しっとりチョコチップクッキー 946kcal
15 (水)	牛乳 ピザトースト 白菜のスープ コーンサラダ 715kcal	牛乳 ごはん ふりかけ 厚揚げのみそ汁 チキンナゲット 小松菜のごま和え 823kcal	ポークドリア マカロニスープ マセドアンサラダ キウイ 871kcal
16 (木)	ごはん のり佃煮 青菜のみそ汁 豆腐ステーキ ひじき梅サラダ 588kcal	牛乳 トマトクリームスパゲティ コーヒーゼリー アーモンドカル 989kcal	ごはん 大根と若布のみそ汁 鮭の照り焼き 親子煮 ほうれん草の和え物 868kcal
17 (金)	ごはん にらのみそ汁 厚揚げのカレー煮 彩りきんぴら 529kcal	牛乳 コーンごはん えのきのスープ オープンオムレツ 茹でブロッコリー 859kcal	ごはん レタスのスープ チキントマトソース煮 野菜サラダ フルーチェムース (いちご) 969kcal
18 (土)	牛乳 バターロールサンド (たまご、ウインナー) オニオンスープ 野菜ソテー 黄桃缶 783kcal	ジョアブルーベリー あんかけ焼きそば わかめスープ 杏仁和え 888kcal	ごはん いも団子汁 すき焼き風煮 野菜とひじきのお浸し マスカットゼリー 882kcal
19 (日)	ごはん キャベツのみそ汁 チキンピリ辛煮 切干大根のごま酢和え 629kcal	わかめごはん 白菜としめじのみそ汁 豚肉にんにくマヨ焼き 豆苗のソテー ヤクルト400 823kcal	ごはん 薩摩芋のみそ汁 鮭の菜種焼き キャベツのピーナツ和え かぼちゃだんご 862kcal

* 材料等 購入の都合により献立が変更になることがあります。



北海道高等学校 専攻科 情報デザイン科
でんごネットキャリアウオーカー (アズカム)
Copyright © 2020
Kakuei NCSM (Hokkaido high school for the Deaf)

学校・寄宿舍予定献立表

March
3月
week 4

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

20 (月)	ごはん 里芋のみそ汁 豚肉のみそ炒め 照り大根 ソフールプレーン 622kcal	牛乳 たまごとじうどん 中華ごまだんご オレンジ 839kcal	ごはん ふのりのみそ汁 鶏肉と根菜のカキ油煮 揚げ出し豆腐 白玉小豆 893kcal
21 (火)	ごはん チンゲン菜のみそ汁 鰯のめんつゆバター炒め もやしみそドレ和え 547kcal	牛乳 オムライス (デミソース) ミートボールスープ カリフラワーサラダ 870kcal	牛丼 けんちん汁 五色和え梅風味 フルーツ和え 869kcal
22 (水)	ごはん 豆腐のみそ汁 さばのみそ煮 かぼちゃの甘煮 559kcal	牛乳 ドライカレー コールスローサラダ 810kcal	ごはん ごぼうのみそ汁 鶏肉のから揚げ 野菜サラダ 人参蒸しパン 945kcal
23 (木)	ごはん もずくのみそ汁 豚肉のうずたま煮 ほうれん草のなめたけ和え 640kcal	牛乳 バターロール ドミソース煮 ポテトサラダ さくらゼリー 880kcal	挽き肉ビビンバ丼 根菜ミルクスープ 豆腐サラダ オレンジ 834kcal
24 (金)	ごはん 瀬戸風味 じゃが芋とウインナーのスープ ハンバーグ 枝豆とコーンのソテー いちごのデザート(進級お祝い) 658kcal		



北海道高等専門学校 専攻科 情報デザイン科
メディアコミュニケーションデザイン科
Copyright © 2020
Hokkaido High School for the Deaf

* 材料等 購入の都合により献立が変更になることがあります。