

学校・寄宿舍予定献立表

5 May
月
week I

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

7 (日)

豚すき丼
ふのりのみそ汁
三色ごま和え
青りんごゼリー

707 vkcal

* 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・寄宿舎予定献立表

May
5月
week 2

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

8 (月)	ごはん なめこと豆腐のみそ汁 鶏肉と大根のカキ油煮 キムチ和え 470kcal	麻婆豆腐丼 わかめと蕪の中華スープ キャベツのナムル 牛乳 829kcal	ごはん 芋ととろろ昆布のみそ汁 豚肉香味焼き 小松菜のごま和え ミニトマト 1080kcal
9 (火)	ごはん 大根とえのきのみそ汁 鮭の照り焼き (朝) ひじきと蒟蒻の炒り煮 味付け海苔 488kcal	バターロール イチゴジャム ミネストローネスープ ハンバーグデミソース コーンサラダ 牛乳 812kcal	ごはん 水餃子スープ 揚げ春巻き 春雨中華サラダ やわらか杏仁豆腐 863kcal
10 (水)	ごはん ほうれん草とえのきのみそ汁 鶏肉の甘酢炒め 切り干し納豆和え ヤクルト400 600kcal	ごはん キャベツと油揚げのみそ汁 豚肉にんにくマヨ焼き 絹さやのソテー 牛乳 905kcal	ターメリックライス ベジタブルチキンカレー シーザーサラダ 882cal
11 (木)	ミルクシュガートースト キャベツのスープ ウインナーソテー 人参のサラダ みかんヨーグルト 674kcal	五目うどん ツナの和え物 アイスクリーム 牛乳 836kcal	ごはん 豚汁 ほっけのもみじ焼き 野菜の梅おかか和え バナナ 898kcal
12 (金)	ごはん 厚揚げと絹さやのみそ汁 白滝のしぐれ煮 二色浸し 菜の花ふりかけ 567kcal	青椒肉絲丼 わかめと蕪の中華スープ 杏仁和え 牛乳 848kcal	ごはん チンゲン菜のスープ ミートローフ千切りキャベツ ポテトサラダ 793kcal
13 (土)	ごはん 豆腐としめじのみそ汁 野菜ソテー 味付き肉団子 低塩のり佃煮 539kcal	ソース焼きそば たまごスープ オレンジ ジョアプレーン 712kcal	ごはん 大根の中華スープ 酢豚 きくらげの中華サラダ いちご 957kcal
14 (日)	ごはん もやしと麩のみそ汁 国産さばのみそ煮50g 五目きんぴら ヤクルト 562kcal	和風きのこスパゲッティ グリーンサラダ 黒糖蒸しパン 804kcal	ビビンバ丼 わかめスープ 切り干し中華サラダ オレンジゼリー 795kcal



北海道立高等学校 専攻科 情報デザイン科
マルチメディア・グラフィックデザイン
Copyright © 2020
Hokkaido Institute of Technology 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。

学校・寄宿舎予定献立表

5 May
月
week 3

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

15 (月)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐焼売 パインヨーグルト 699kcal	ごはん もずくと油揚げのみそ汁 鶏肉の香味焼き 絹さやのソテー レモンカスタードタルト 牛乳 951kcal	ごはん 芋とろろ 昆布のみそ汁 手羽中甘辛焼き 切干大根の炒め煮 ほうれん草のごま和え 770kcal
16 (火)	ごはん 厚揚げと絹さやのみそ汁 鶏うずたま煮 二色浸し カップ納豆 684kcal	セルフホットドッグ クリームシチュー 果物（オレンジ） 牛乳 701kcal	ごはん 芋とろろ昆布のみそ汁 手羽中甘辛焼き 切干大根の炒め煮 ほうれん草のごま和え 694kcal
17 (水)	ツナマヨごはん 豆腐と若布のみそ汁 ハムステーキ 野菜炒め 614kcal	ごはん 大根とえのきのみそ汁 アジフライ 炒りどり 牛乳 854kcal	豚かやくごはん きのこのみそ汁 豆腐焼売 ほうれん草のなめたけ和え バナナ 774kcal
18 (木)	ごはん もやしと油揚げのみそ汁 豚肉のしぐれ煮 切り干しのお浸し 553kcal	野菜たっぷり醤油ラーメン みかんゼリー 牛乳 881kcal	ごはん 芋と絹さやのみそ汁 手作りホッケフライ 白菜とツナのゆかり和え 竹の子の炒り煮 694kcal
19 (金)	ごはん 豆腐と若布のみそ汁 国産さば骨取り塩焼き ひじきと蒟蒻の炒り煮 ジョアプレーン125ml 504kcal	チキンカレー パインゼリー 牛乳 890kcal	ごはん ほうれん草とえのきのみそ汁 鶏肉のねぎソースかけ 彩りきんぴら ヨーグルト 766kcal
20 (土)	ツナマヨトースト コンソメスープ アスパラとウインナーのソテー ミニトマト 果物（バナナ）半分 604kcal	五目うどん 大学芋 フルーツヨーグルト和え ジョア 780kcal	オムライス（デミソース） ポトフ カリフラワーサラダ オレンジ 853kcal
21 (日)	ごはん 大根のスープ 白身魚のムニエル 野菜炒め 元気ヨーグルト 679kcal	五目炒飯 みず菜の鶏ガラスープ 焼き餃子 ぶどうゼリー 811kcal	ごはん キャベツと油揚げのみそ汁 鶏肉の照り焼き 胡瓜と枝豆の甘酢和え 701kcal

* 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

5 May
月
week 4

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

22 (月)	ごはん もやしと麩のみそ汁 ジャンボ肉焼売 ひじきと切り干しの炒め煮 味付け海苔 606kcal	ごはん 豚汁 鯖の香味焼き 三色ごま和え 牛乳 928kcal	ごはん いんげんと若布のみそ汁 チキンカツのタルタルソース 根菜サラダ 照り大根 1003kcal
23 (火)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 大根と豚肉の韓国風煮 キャベツのごま和え 664kcal	ツイストパン みかんジャム イタリアンスープ ポークハムカツ 卵と野菜のソテー 牛乳 844kcal	五目鶏飯 すまし汁 豆腐の真砂揚げ 小松菜の和え物 みたらし芋もち 800kcal
24 (水)	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 白滝とひじきの胡麻和え カップ納豆 (タレ付き) 614kcal	ごはん (給食) 春雨中華スープ やわらか鶏ももから揚げ もやしのナムル いちごムース 牛乳 765kcal	ごはん ワタンスープ 麻婆豆腐 春雨中華サラダ 783kcal
25 (木)	ごはん 芋と玉葱のみそ汁 炒りどり 小松菜の磯和え ふりかけ 523kcal	スパゲッティミートソース わかめスープ フルーツ白玉 牛乳 977kcal	ごはん 豆腐とザーサイの中華スープ 回鍋肉 もやしの中華サラダ りんご 656kcal
26 (金)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 豚肉と蓮根の味噌炒め 豆腐焼売 ヤクルト 758kcal	竹の子ご飯 大根と絹さやのみそ汁 鮭のふり塩焼き 小松菜の磯和え 牛乳 735kcal	ごはん キャベツのスープ 照り焼きハンバーグ さつまいもサラダ 908kcal
27 (土)			
28 (日)			ごはん 南瓜と絹さやのみそ汁 ほっけのごま焼き 豚バラ肉と大根の甘辛煮 お米deガトーショコラ 856kcal



北海道高等学校 専攻科 情報デザイン科
メディア・デザインコース (デザイン系)
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。

学校・寄宿舎予定献立表

5 May
月
week 5

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

29 (月)	ごはん もやしと麩のみそ汁 ジャンボ肉焼売 ひじきと切り干しの炒め煮 味付け海苔 575kcal	ごはん いなか汁 豆腐ハンバーグ野菜あんかけ もやしとピーマンのソテー 牛乳 731kcal	ポークカレー 水菜のサラダ オレンジ 819kcal
30 (火)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 大根と豚肉の韓国風煮 キャベツのごま和え 559kcal	豆パン 南瓜入りクリームスープ 鶏肉のピザ風焼き アスパラとコーンのソテー 牛乳 932kcal	ごはん 大根とえのきのみそ汁 鮭バター西京焼き 肉じゃが ほうれん草のごま和え 731kcal
31 (水)	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 白滝とひじきの胡麻和え カップ納豆 623kcal	かき揚げ丼 とろろ昆布のみそ汁 ほうれん草のツナ和え 牛乳 756kcal	ごはん イタリアンスープ チキンソテー(ガーリックソース) もやしのカレー炒め オレンジゼリー 799kcal
1 (木)			
2 (金)			
3 (土)			
4 (日)			



北海道高等学校 専攻科 情報デザイン科
メディア・デザインコース (デザイン系)
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。