

学校・寄宿舍予定献立表

11 November
月
week I

	朝食 7:30~	昼食 school 12:40~ day off 12:00~	夕食 18:00~
29 (月)			
30 (火)			
1 (水)	ベーコンチーズトースト 大根のコンソメ煮 ゆでブロッコリー ヤクルト400 572kcal	ごはん なめこのみそ汁 肉じゃが もやしの胡麻酢和え 牛乳 866kcal	ごはん 中華風スープ 焼き餃子 回鍋肉 果物(りんご) 898kcal
2 (水)	ごはん 豆腐と若布のみそ汁 鶏肉の甘酢炒め 胡瓜ともやしの梅和え 508kcal	ペペロンチーノスパゲッティ 水菜のサラダ 栗のムース 牛乳 838kcal	
3 (金)			
4 (土)			
5 (日)			ごはん 大根と絹さやのみそ汁 鶏肉の甘酢炒め キャベツの塩こんぶ和え 果物(オレンジ) 770kcal



北海道高等専門学校 専攻科 情報デザイン科
メディア・デザインコース (デザイン組)
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・寄宿舍予定献立表

11

November

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 高野豆腐のみそ汁 じゃが芋きんぴら 卵やき(甘口) 味付け海苔 541kcal	ごはん とりごぼう汁 さばのみそ煮 三色ごま和え 牛乳 845kcal	ごはん 芋ととろろ昆布のみそ汁 豚肉ねぎみそ焼き 大根のけんちん煮 パイン 743kcal
7 (火)	ごはん 大根のみそ汁 なす椎茸ひき肉炒め 三色和え ヤクルト 507kcal	黒糖パン クラムチャウダー タンドリーチキン ツナとマカロニのサラダ オレンジゼリー 牛乳 955kcal	ごはん けんちん汁 鶏肉のもみじ焼き 白菜のごま和え 果物(梨) 823kcal
8 (水)	ごはん いんげんと若布のみそ汁 もやしのカレー炒め 豆腐焼売 514kcal	チンジャオロースー井 油揚げと小松菜の味噌汁 鯖の香味焼き ほうれん草のごま和え 牛乳 805kcal	ごはん もずくと油揚げのみそ汁 松風焼き 肉じゃが 水菜のさっぱり和え 811kcal
9 (木)	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 芋とベーコンガーリック炒め 味付き肉団子 584kcal	きつねうどん ビーフンささみ和え みかんヨーグルト 牛乳 821kcal	チキンライス クリームシチュー 牛肉コロッケ 人参とハムのサラダ 904kcal
10 (金)	ごはん 南瓜と小松菜のみそ汁 大根と豚肉のオイスター煮 たたききゅうり ふりかけ 547kcal	キーマカレー コールスローサラダ 牛乳 911kcal	ごはん きのこのみそ汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草のなめたけ和え りんご 728kcal
11 (土)	ごはん 大根と人参のみそ汁 白身魚のムニエル 絹さやのソテー 675kcal	ミートボールトマト Pasta じゃが芋のスープ フルーツ和え 727kcal	枝豆炊き込みご飯 かぼちゃ団子汁 彩り煮 ドーナツ(手作り) 825kcal
12 (日)	ごはん ほうれん草のみそ汁 じゃがいもの炒り煮 豆腐のハンバーグ ヤクルト400 591kcal	みそラーメン 揚げ春巻き 果物(りんご) 943kcal	ごはん 白菜としめじのみそ汁 揚げ出し豆腐 肉じゃが 小松菜の和え物 778kcal

* 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。



北海道高等専門学校 専攻科 情報デザイン科
マルチメディアデザイン(グラフィック)
Copyright © 2020
Hokkaido高等専門学校 for the Deaf

学校・寄宿舎予定献立表

11 November
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 わかめのみそ汁 厚揚げとキャベツの味噌炒め 白菜のお浸し 白玉団子の黒蜜和え 555kcal	挽き肉ビビンバ丼 たまごスープ みかん 飲用牛乳 811kcal	ごはん いんげんのみそ汁 鶏肉の甘酢焼き 野菜サラダ 925kcal
14 (火)	ごはん ほうれん草のみそ汁 卵やき ウインナーと野菜のソテー 低塩のり佃煮 535kcal	揚げパン(きなこ味) 肉団子スープ さつま芋のコンソメ煮 ぶどうゼリー 牛乳 771kcal	ごはん ワンタンスープ 麻婆豆腐 春雨中華サラダ 759kcal
15 (水)	ごはん 白菜としめじのみそ汁 肉団子ケチャップ煮 卵やき 味付け海苔 594kcal	ごはん もずくと油揚げのみそ汁 鮭ちゃんちゃん焼き風 豚肉と切り干しのおかか炒め 牛乳 828kcal	ごはん きのこのスープ ポークピカタ 和風さっぱりサラダ 果物(オレンジ) 816kcal
16 (木)	ごはん 南瓜のみそ汁 肉しゅうまい 焼きビーフン ふりかけ 557kcal	たまごとじうどん 小松菜のごま和え お米deガトーショコラ 牛乳 845kcal	おにぎり(ごま塩・鶏めし) コンソメスープ 鶏肉のから揚げ フライドポテト チーズグラタン アメリカンドッグ チョレギサラダ 枝豆 フルーツ盛り合わせ
17 (金)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 鯖の照り焼き 大豆とひじきの炒め煮 黄桃 627kcal	中華丼 南瓜と長葱のみそ汁 小松菜の磯和え 牛乳 826kcal	わかめごはん どさんこ汁 鯖の照り焼き ひじき梅サラダ 771kcal
18 (土)	ポテトピザトースト キャベツのコンソメ煮 スクランブルエッグ 果物(オレンジ) 牛乳 796kcal	ソース焼きそば 肉団子スープ 薩摩芋のケーキ パインゼリー 813kcal	ごはん わかめスープ 回鍋肉(ホイーロ) 揚げ餃子 808kcal
19 (日)	ごはん 根菜のみそ汁 豚肉とキャベツのカキ油炒め 三色和えキャベツのごま和え ジョアプレーン 543kcal	かきあげうどん 厚揚げと茄子の炒め物 パインヨーグルト 770kcal	ふわふわ鶏つくね丼 ほうれん草とえのきのみそ汁 大根とがんもの煮物 800kcal



北海道高等専門学校 専攻科 情報デザイン科
マルチメディアデザインコース(デザイン系)
Copyright © 2020
Hokkaido National Institute of Technology

* 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

11 November
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 キャベツと若布のみそ汁 ウインナーと野菜のソテー かぼちゃのそぼろ煮 味付け海苔 554kcal	スパゲッティミートソース カリカリサラダ ヨーグルト 牛乳 900kcal	ごはん 野菜の中華スープ 酢豚 もやしの中華サラダ 840kcal
21 (火)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 豚肉の炒め物 鯖の塩焼き 527kcal	ワカメごはん 具だくさん味噌汁 ブリの甘酢あんかけ キャベツのチーズサラダ 牛乳 806kcal	ごはん だいこんのスープ チキンカツ もやしのナムル 764kcal
22 (水)	ごはん 大根とえのきのみそ汁 野菜炒め 味付き肉団子 510kcal	横割りバンズパン 南瓜入りクリームスープ ポークハムカツ 千切キャベツ 果物(オレンジ)牛乳 829kcal	ポークカレー りんごとキャベツのサラダ レモンカスタードタルト 915kcal
23 (木)	ピザトースト コンソメスープ プレーンオムレツ ゆでブロッコリー 牛乳 701kcal	広東麺 大学芋 洋梨 891kcal	ごはん 絹さやと若布のみそ汁 鶏肉の香味焼き 豆サラダ 果物(バナナ)半分 763kcal
24 (金)	ごはん 白菜としめじのみそ汁 きんぴらごぼう ハムステーキ ヤクルト400 506kcal	ごはん 豚汁 鯖の香味焼き ほうれん草のごま和え 牛乳 868kcal	豚かやくごはん 大根と人参のみそ汁 タラのみそマヨネーズ焼き 三色和え りんご 779kcal
25 (土)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 豚肉とキャベツのカキ油炒め お豆腐しゅうまい 味付け海苔 683kcal	クリームパスタ グリーンサラダ チョコプリン豆乳 780kcal	ごはん じゃがいものみそ汁 豚ジンギスカン炒め ツナと切り干し大根の胡麻酢和え 826kcal
26 (日)	ごはん 厚揚げと絹さやのみそ汁 青梗菜としめじの卵炒め ハムステーキ 味付け海苔 501kcal	かきあげうどん 竹輪の磯部揚げ たたききゅうり 756kcal	ごはん 豚もやし汁 鯖の香味焼き れんこんサラダ グレープゼリー 806kcal

* 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

11 November
月
week 5

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

27 (月)	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 豚肉と牛蒡のオイスター炒め 胡瓜ともやしの梅和え 502kcal	コーン炒飯 ウインナースープ ツナのマヨサラダ 牛乳 805kcal	ごはん キャベツと若布のみそ汁 みそカツ 野菜の梅おかか和え 果物(オレンジ) 824kcal
28 (火)	ごはん 薩摩芋とえのき茸のみそ汁 鮭の塩焼き 炒り玉子 ヤクルト400 552kcal	牛乳坦々麺 中華風たたききゅうり 牛乳 830kcal	ごはん 豚汁 アジフライ 三色ごま和え 726kcal
29 (水)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 タラのめんつゆバター炒め アスパラサラダ ふりかけ 512kcal	ごはん 高野豆腐のみそ汁 豚肉の生姜焼き 小松菜のごま和え 牛乳 813kcal	ごはん ほうれん草とえのきのみそ汁 ミートローフ 胡瓜とツナの中華和え フローズンクレープ 777kcal
30 (木)	ごはん ふのりのみそ汁 味付き肉団子 白菜の塩こんぶ和え 652kcal	ポークときのこのカレー フルーツポンチ 牛乳 850kcal	鶏の照り焼き丼 芋ととろろ昆布のみそ汁 三食野菜 パイン缶 760kcal
1 (金)			
2 (土)			
3 (日)			



北海道高等専門学校 専攻科情報デザイン科
デザイン実習Ⅱ(グラフィックデザイン)
Copyright © 2020
Hokkaido Institute of Technology

* 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

11

November

月

week 6

朝食 7:30~

昼食 school 12:40~ day off 12:00~

夕食 18:00~

30 (月)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 芋とソーセージのガーリック炒め ほうれん草の海苔和え ふりかけ 522kcal	ソースカツ丼 豆腐と若布のみそ汁 胡瓜ともやしの梅和え 牛乳 778kcal	ごはん 中華風スープ 麻婆豆腐 焼き餃子 人参サラダ 926kcal
31 (火)	ごはん ふのりのみそ汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 大根おろし 卵やき 589kcal	バターロールパン じゃが芋とウインナーのスープ かぼちゃ挽き肉フライ フレンチサラダ パンプキンババロア 牛乳 822kcal	ごはん どさんこ汁 鮭ちゃんちゃん焼き風 ビーフンソテー きゅうりのごま和え 763kcal
1 (水)			
2 (木)			
3 (金)			
4 (土)			
5 (日)			



北海道高等学校 専攻科 情報デザイン科
マスコミ・キャラクターデザイン科
Copyright © 2020
Kokusai MCHS / 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。