



学校・寄宿舎予定献立表①

	朝食	昼食	夕食
7日(日)			ごはん かぼちゃ なが 南瓜と長ねぎのみそ汁 チーズハンバーグ グリーンサラダ ぶどうゼリー 770kcal
8日(月)	ごはん だいこん 大根とわかめのみそ汁 とうふ しゅうまい 豆腐焼売 まい いた もの ツナとチンゲン菜の炒め物 470kcal	ポークカレー コールスローサラダ いわ お祝いクレープ ぎゅうにゅう 牛乳 966kcal	ごはん じろ さつま汁 さけ さいきょうや 鮭の西京焼き えだまめ あまず あ きゅうりと枝豆の甘酢和え オレンジ 743kcal
9日(火)	ごはん しる ふのりのみそ汁 い たまご あんかけ炒り玉子 ハムステーキ 511kcal	ツイストパン チョコクリーム にくだんご 肉団子スープ ぎゅうにく 牛肉コロッケ ツナとマカロニサラダ オレンジ 牛乳 823kcal	ちゅうかどん 中華丼 ちゅうか わかめとにらの中華スープ あ はるま 揚げ春巻き あんにと豆腐 やわらか杏仁豆腐 967kcal
10日(水)	ごはん はくさい あぶらあ 白菜と油揚げのみそ汁 ふたにく いた に ふきと豚肉の炒め煮 とうふ 豆腐ハンバーグ 550kcal	ごはん ちゅうか 中華スープ はいごろう 回鍋肉 はるまめちゅうか 春雨中華サラダ ぎゅうにゅう 牛乳 808kcal	ごはん かぼちゃ 南瓜のみそ汁 とり にく て や 鶏肉の照り焼き あつあ 厚揚げと切干大根煮 はくさい あ 白菜のおかか和え 701kcal
11日(木)	ごはん しる ごぼうのみそ汁 あじつ にくだんご 味付肉団子 い に ひじきとこんにゃくの炒り煮 ヤクルト 505kcal	わふう 和風スパゲッティ やさい 野菜スープ パインヨーグルト ぎゅうにゅう 牛乳 780kcal	ごはん とうふ 豆腐とわかめのみそ汁 ふたにく しょうがや せんざり 豚肉の生姜焼き/干切キャベツ に かぶのコンソメ煮 735kcal
12日(金)	ごはん あぶらあ 油揚げのみそ汁 いも ジャガイモとソーセージのガーリック炒め もやしのナムル 533kcal	あ どん かき揚げ丼 はくさい 白菜としめじのみそ汁 だいこん 大根とがんと煮物 ぎゅうにゅう 牛乳 766kcal	ごはん だいこん にんじん 大根と人参のみそ汁 とり にく あまず いた 鶏肉の甘酢炒め わふう やさい 和風野菜サラダ パナナ 805 kcal

※ 材料等の都合により献立が変更になる場合があります。



学校・寄宿舎予定献立表②

	朝食	昼食	夕食
13日 (土)	ミルクシュガートースト きのことスープ ウィンナーと野菜ソテー りんご ぎゅうにゅう 牛乳 521kcal	しお 塩ラーメン アメリカンドック パイン缶 ぎゅうにゅう 牛乳 913kcal	チキンピラフ りよくおうしよく やさい 緑黄色野菜スープ ナゲット とうふ 豆腐サラダ チョコプリン 803kcal
14日 (日)	ごはん とうふ 豆腐となめこのみそ汁 ぶたにく 豚肉のしぐれ煮 こまつな 小松菜のごま和え な はな 菜の花ふりかけ 566kcal	しょう ソース焼きそば さい たまご チンゲン菜と卵のスープ やさい 野菜サラダ ぎゅうにゅう 牛乳 749kcal	ハヤシライス だいこん 大根サラダ オレンジ 810kcal
15日 (月)	ごはん しめじのみそ汁 にくだんご 肉団子のケチャップ煮 プレーンオムレツ のりたま 511kcal	ごはん とうふ 豆腐のみそ汁 すき や ふう 焼き風煮 もやしの ごま ずあ 酢和え ぎゅうにゅう 牛乳 807kcal	ごはん わかめスープ はっばうさい や ぎょうざ 八宝菜 焼き餃子 ブルブルみかんデザート 866kcal
16日 (火)	ごはん こうや どうふ 高野豆腐のみそ汁 あつあ 厚揚げとキャベツのみそ炒め たまごや 卵焼き 645kcal	セルフハムカツバーガー クリームシチュー コーンサラダ ぎゅうにゅう 牛乳 820kcal	とりごぼう 鶏牛蒡ごはん こまつな 小松菜のみそ汁 たら 鱈のパン粉焼き なげのこい 筍の炒り煮 やさい 野菜のおかか和え 815kcal
17日 (水)	ごはん ぶのりのみそ汁 じゃが芋のそぼろ炒め みそ に さばの味噌煮 545kcal	や ぶた 焼き豚チャーハン わかめスープ きくらげ中華サラダ ぎゅうにゅう 牛乳 809kcal	ごはん ちゅうかふう 中華風たまごスープ まーぼーとうふ 麻婆豆腐 おんやさい 温野菜サラダ バナナ 802kcal
18日 (木)	ごはん じゃが芋のみそ汁 あつあ 厚揚げとキャベツの味噌炒め きりほしだいこん 切干大根のツナサラダ 565kcal	ごもく 五目うどん ちくわ いそべ あ 竹輪の磯辺揚げ ブルーベリータルト ぎゅうにゅう 牛乳 776kcal	かんげいかい <歓迎会> ～ 特別メニュー ～ 
19日 (金)	ごはん あぶらあ 油揚げのみそ汁 とりにく 鶏肉のオイスター炒め き ほ だいこん す あ 切干大根ごま酢和え ヨーグルト 521kcal	ごはん ぶたじろ 豚汁 さけ さいきよ 鮭の西京焼き もやしの うめ あ 梅おかか和え ぎゅうにゅう 牛乳 830kcal	ごはん かぼちゃ 南瓜のみそ汁 メンチカツ えだまめ 枝豆とツナのマヨサラダ りんご 750kcal

※ 材料等の都合により献立が変更になる場合があります。

4月学校・寄宿舎予定献立表③

	朝食	昼食	夕食
20日(土)	ごはん じゃが芋汁 豚肉と野菜のオイスター炒め 豆腐ハンバーグ ヤクルト 609kcal	スパゲッティナポリタン 肉団子スープ パンケーキ 牛乳 947kcal	ごはん 中華スープ チンジャオロースー 白菜のナムル フルーツ杏仁 810kcal
21日(日)	ごはん きのこのみそ汁 巣ごもり卵 ウインナーのケチャップソテー ヤクルト 519kcal	醤油ラーメン 焼き餃子 オレンジ 牛乳 906kcal	ごはん 大根とわかめのみそ汁 鯖の香味焼き 豚肉と茄子の生姜炒め 小松菜の磯和え 820kcal
22日(月)	ごはん さつま芋と絹さやのみそ汁 厚揚げのカレー風味煮 人参のサラダ 526kcal	わかめごはん 油揚げのみそ汁 鱈のフライ 大根のそぼろあんかけ 牛乳 811kcal	親子丼 じゃが芋とわかめのみそ汁 ツナと切干大根の和え物 りんご 802kcal
23日(火)	ごはん キャベツのみそ汁 味付肉団子 アスパラソテー 味付海苔 506kcal	ロールパン 野菜たっぷりミネストローネ タンドリーチキン マカロニサラダ 牛乳 905kcal	ごはん 豚汁 鱈ザンギ 水菜のさっぱり和え バナナ 817kcal
24日(水)	ツナマヨごはん すまし汁 鶏肉ともやしのオイスター炒め ほうれん草のごま和え 553kcal	三色丼 豆腐のみそ汁 切干大根のツナサラダ 青梅ゼリー 牛乳 857kcal	キーマカレー グリーンサラダ フルーツポンチ 867kcal
25日(木)	ごはん 南瓜のみそ汁 大根と豚肉の炒め物 きゅうりともやしの梅風味和え のりたま 556kcal	味噌野菜ラーメン 春巻き オレンジ 牛乳 983kcal	ごはん すまし汁 鯖の味噌煮 なすと椎茸のそぼろ炒め 三色和え 780kcal
26日(金)	ごはん とろろ昆布のみそ汁 ウインナーと野菜のソテー 卵焼き ヨーグルト 546kcal	チキンカレー 人参とハムのサラダ 牛乳 926kcal	ツナピラフ クラムチャウダー 牛肉コロッケ レンコンチップスサラダ 836kcal
27日(土)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 アスパラとウインナーソテー 豆腐焼売 味付海苔 502kcal		

※ 材料等の都合により献立が変更になる場合があります。