

# 2014年10月月間献立表

給食第1係

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	水	厚切食パン・生野菜・タマゴサラダ・牛乳・◎LL清涼飲料水A 御飯・◎豚生姜焼き丼・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	御飯・牛肉ごぼう煮・揚げシュウマイ・きゃべつ・味噌汁・なす漬	御飯・ポークソテー・春雨サラダ・生野菜・味噌汁・野沢菜漬
2	木	野菜ロール・生野菜・焙煎胡麻チキン・牛乳・◎ヨーグルトC 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・たらこフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・鮭のつけ焼き・竹の子そぼろ煮・海藻サラダ・のっぺい汁・しその実漬	御飯・鶏肉ピーマンカレー風味炒め・生野菜・切干大根・味噌汁・五色漬
3	金	ソフト食パン・生野菜・ロースハム・スライスチーズ・牛乳・◎LLフルーツジュースB 御飯・◎さんま丼・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・豚肉とたけのこの辛み炒め・揚げ餃子・生野菜・中華スープ・もやしキムチ	御飯・★黒酢酢鶏風★・生野菜・ナムル・粟米湯・たまりにんにく漬
4	土	(運) ダブルクリームパン・あん＆マーガリンパン・LL牛乳	御飯・サンマ塩焼・いんげん胡麻和え・大根おろし・豚汁・白菜朝鮮漬	御飯・チンジャオロース・中華サラダ・生野菜・中華スープ・鰹味沢庵
5	日	黒糖パン・ツナポテトサラダ・生野菜・牛乳・プリンB	御飯・鶏キムチ・カリフラワー卵炒め・生野菜・味噌汁・きゅうり漬	かやく御飯・関東煮・お浸し・桜漬
6	月	長ロール・コールスロー・ボイルウインナー・牛乳・◎LLカフェオレB 御飯・◎牛カルビ丼・コールスロー・味噌汁・のり佃煮・牛乳	御飯・ポークカレー・イタリアンサラダ・牛乳・福神漬・たまりらっきょう	御飯・春巻・麻婆なす・きゃべつ・中華スープ・もやしキムチ
7	火	チーズソフトフランス・生野菜・スパゲティナポリタン・牛乳・◎LL紅茶A 御飯・◎鶏照井・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・牛焼肉・もやしにら炒め・おろし和え・生野菜・味噌汁・高菜油炒漬	御飯・鶏肉のトマト煮・バジルフライドポテト・茹野菜・コンソメスープ・鰹味沢庵
8	水	食パン・生野菜・バックオムレツ・バナナ・チーズ・牛乳・◎果物ヨーグルトC 御飯・◎かつ丼の具・生野菜・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・豚肉ねぎ味噌焼・サニーレタス・酢の物・すまし汁・たまりにんにく漬	手巻おにぎり・焼肉・野菜炒め
9	木	バターロール・生野菜・マセドアンサラダ・牛乳・◎飲むヨーグルトB 御飯・◎牛丼の具・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	御飯・鮭のムニエル・ポテトとチーズの卵炒・サニーレタス・ミネストローネ・桜漬	御飯・鶏肉がーリック炒め・揚げ餃子・生野菜・ポトフ・割干漬
10	金	ソフト食パン・生野菜・タマゴサラダ・牛乳・◎ヨーグルトC 御飯・◎豚生姜焼き丼・生野菜・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・豚肉と白たきのピリ辛煮・生野菜・たこの唐揚げ・味噌汁・しその実漬	御飯・ミートボールリソース煮・きゃべつ・アスパラマヨネーズ和え・味噌汁・五色漬
11	土	(運) ジャムパン・シュガー掛けデニッシュ・アップルドリンク	御飯・あじの干物・さつま揚げの吹き寄せ煮・大根おろし・けんちん汁・鰹味沢庵	御飯・豚キムチ・焼きビーフン・生野菜・わかめスープ・きゅうり漬
12	日	野菜ロール・生野菜・焙煎胡麻チキン・牛乳・LLフルーツジュースB	御飯・親子丼・海藻サラダ・味噌汁・焼のり・高菜油炒漬	御飯・豚肉の立田揚げ・マカロニサラダ・生野菜・なめこ汁・割干漬
13	月	食パン・生野菜・スパゲティナポリタン・牛乳・LL紅茶A	御飯・ハムステーキ・いんげんコーンソテー・茹野菜・味噌汁・しその実漬	御飯・さんま丼・金平ごぼう・厚焼卵・味噌汁・たまりにんにく漬
14	火	パンズパン・バックハンバーグ・スライスチーズ・牛乳・◎野菜ジュース 御飯・◎炭火焼きとり・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・チキンカレー・きゃべつ・ボイルウインナー・牛乳・福神漬・らっきょう漬	御飯・ミックスフライ・春雨サラダ・きゃべつ・味噌汁・もやしキムチ
15	水	チーズソフトフランス・生野菜・バックオムレツ・バナナ・牛乳・◎プリンB 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・焼塩鮭・じゃがいもそぼろ煮・大根サラダ・◎豆腐・味噌汁・高菜油炒漬	御飯・牛肉とにんにくの芽の炒め物・揚げシュウマイ・生野菜・中華スープ・大根キムチ
16	木	バターロール・生野菜・マセドアンサラダ・牛乳・◎LLカフェオレB 御飯・◎さんま丼・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	赤飯・エビカツ・ナポリタン・サニーレタス・プチトマト・きのこスープ・クリーム・五色漬	讃岐うどん(そば)・いか天ぷら・お浸し・◎竹輪磯辺揚・いなり寿司&のり巻
17	金	ソフト食パン・生野菜・ロースハム・スライスチーズ・牛乳・◎LL紅茶A 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・ひな鶏キムチ焼・★人参しりしり★・サニーレタス・わかめスープ・桜漬	御飯・豚丼・小芋土佐煮・けんちん汁・紅生姜
18	土	(運) ピーナツクリームパン・アップルデニッシュ・カフェオレ缶	御飯・かじき粕漬・竹の子そぼろ煮・きゃべつ塩もみ・すまし汁・大根キムチ	御飯・豚の角煮・中国菜ソテー・きゃべつ・粟米湯・きゅうり漬
19	日	厚切食パン・生野菜・タマゴサラダ・牛乳・果物ヨーグルトC	御飯・スタミナ丼の具・いんげん胡麻和え・茹野菜・たぬき汁・高菜油炒漬	御飯・天津丼・麻婆なす・きゃべつ・中華スープ・もやしキムチ
20	月	長ロール・コールスロー・ボイルウインナー・牛乳・◎飲むヨーグルトB 御飯・◎鶏照井・コールスロー・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・★きこのカレー★・ヨーグルト和え・野菜ジュース・福神漬・たまりらっきょう	御飯・とんかつ・きゃべつ・酢の物・味噌汁・鰹味沢庵
21	火	野菜ロール・生野菜・焙煎胡麻チキン・牛乳・◎ヨーグルトC 御飯・◎かつ丼の具・生野菜・味噌汁・のり佃煮・牛乳	御飯・牛肉大根煮・生野菜・◎納豆・蓮根挟み揚・味噌汁・たまりにんにく漬	御飯・ホイコーロウ・生野菜・厚焼卵・中国菜スープ・割干漬
22	水	食パン・生野菜・マセドアンサラダ・バナナ・牛乳・◎LLフルーツジュースB 御飯・◎牛丼の具・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	ミートソーススパゲティ・フライドチキン・サニーレタス・牛乳・◎コロッケ	御飯・豚肉の生姜焼・生野菜・切干大根・豆腐チゲ・きゅうり漬
23	木	チーズソフトフランス・生野菜・バックオムレツ・牛乳・◎プリンB 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・たらこフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・鯖の塩焼・(みそだれ)・梅肉和え・ひじき煮・のっぺい汁・大根キムチ	御飯・鶏肉カレー炒め・生野菜・たこの唐揚げ・ポトフ・鰹味沢庵
24	金	黒糖パン・生野菜・スパゲティナポリタン・牛乳・◎LLカフェオレB 御飯・◎さんま丼・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・豚肉スタミナ焼・ジャーマンポテト・生野菜・つみれ汁・高菜油炒漬	御飯・洋食亭ハンバーグ・いんげんソテー・きゃべつ・コーンスープ・桜漬
25	土	(運) あんぱん・長いスティックパン・ポカリスエット	御飯・鶏がーナッツ炒め・生野菜・中華サラダ・中華スープ・もやしキムチ	御飯・パクチンジャ・きゃべつ・金平ごぼう・たぬき汁・五色漬
26	日	バターロール・生野菜・焙煎胡麻チキン・牛乳・LL紅茶A	御飯・牛すき丼・ハムコーンサラダ・味噌汁・焼のり・紅生姜	御飯・麻婆なす丼・焼きビーフン・生野菜・粟米湯・たまりにんにく漬
27	月	パンズパン・コールスロー・バックハンバーグ・スライスチーズ・牛乳・◎果物ヨーグルトC 御飯・◎牛カルビ丼・コールスロー・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・ハヤシライス・フライドポテト・生野菜・牛乳・福神漬	御飯・筑前煮・大根おろし・かき揚・さつま汁・きゅうり漬
28	火	厚切食パン・生野菜・タマゴサラダ・牛乳・◎飲むヨーグルトB 御飯・◎鶏照井・生野菜・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・みそ豚炒め・生野菜・小芋土佐煮・すまし汁・白菜朝鮮漬	手巻おにぎり・あんかけ焼そば(揚麺・蒸麺)・揚げ餃子・生野菜
29	水	野菜ロール・ツナポテトサラダ・生野菜・バナナ・牛乳・◎ヨーグルトC 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・ひな鶏南部焼・サニーレタス・梅肉和え・かに豆腐汁・しその実漬	御飯・牛肉馬令炒煮・生野菜・厚焼卵・味噌汁・高菜油炒漬
30	木	ソフト食パン・生野菜・ロースハム・スライスチーズ・牛乳・◎プリンB 御飯・◎豚生姜焼き丼・生野菜・味噌汁・のり佃煮・牛乳	御飯・さわらの照焼・きゃべつ塩もみ・金平ごぼう・豚汁・大根キムチ	御飯・肉団子甘酢あんかけ・ナムル・生野菜・かき卵汁・もやしキムチ
31	金	黒糖パン・生野菜・スパゲティナポリタン・牛乳・◎LLフルーツジュースB 御飯・◎かつ丼の具・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・ハンバーグ(デミソース)・生野菜・マカロニサラダ・コンソメスープ	御飯・チキンソテー・きのこソテー・きゃべつ・クリームシチュー・割干漬

1. ◎印は学生のみを示す(学生と自衛官の定額差分)

2. 16日(昼)は産土祭献立とする。

3. ★は新メニューを示す。