

2017年11月月間献立表

給食第1係

日	曜	朝食	昼食	夕食
1	水	バターロール・生野菜・焙煎胡麻 ^{チキ} ・牛乳・◎紙パック飲料A 御飯・◎牛井の具・生野菜・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・さわらの照焼・炒り豆腐・金平ごぼう・ のっぺい汁・刻み昆布	御飯・鶏キムチ・生野菜・厚焼卵・もやしスー プ・千切沢庵
2	木	食パン・生野菜・ベーコンポテトサラダ・牛乳・◎果物ヨーグルトC 御飯・◎鶏照井・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・牛肉とにんにくの芽の炒め物・酢の物・生 野菜・きのこスープ・もやしキムチ	御飯・鶏唐揚げ・豚 ^{キムチ} 酢炒め・きゃべつ・か に豆腐汁・味噌鯉にんにく
3	金	(運) ジャムパン・チョコ ^{コロン} パン・L L牛乳	御飯・親子丼・ハムコーンサラダ・プチトマト・ 味噌汁・胡瓜朝鮮漬	きのこ御飯・いんげん胡麻和え・金平ごぼう・蓮 根挟み揚・すまし汁
4	土	(運) パンの缶詰・果実ジュース・カロリーメイト	御飯・豚肉と卵の煮物・中国菜ソテー・生野菜・ つみれ汁・しば高菜	御飯・チキントマトソース煮・フライドポテト・ 生野菜・野菜スープ・ソフトつぼ漬
5	日	玄米チーズパン・生野菜・ ^{カレー風味} チキ ^ン サ ^{ラダ} ・牛乳・ヨーグルトB	御飯・牛肉馬令炒煮・豆腐・たぬき汁・のり佃 煮・胡瓜青唐辛子漬	御飯・さんま井・舞茸と牛肉の甘煮・納豆・かき 卵汁・梅風味漬
6	月	(運) ロ ^ン グ ^ラ イ ^フ 小 ^倉 ア ^ン パ ^ン ・ロ ^ン グ ^ラ イ ^フ レ ^モ ン ^パ ン・野菜ジュース 御飯・牛カルビ井・味噌汁・焼のり・牛乳・もやしキムチ	御飯・カツカレー・きゃべつ・牛乳・福神漬・ らっきょう漬	御飯・牛井・小芋土佐煮・のっぺい汁・紅生姜
7	火	長ロール・コールスロー・ボイルウインナー・牛乳・◎ヨーグルトC 御飯・◎ハムステーキ・コールスロー・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・牛焼肉・ペペロンチーノ・生野菜・けんち ん汁・刻み昆布	御飯・あじの干物・里芋そぼろ煮・おろし和え・ 豆腐チゲ・しば高菜
8	水	ソフト食パン・ハムステーキ・生野菜・牛乳・◎L LフルーツジュースD 御飯・◎さんま井・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・さわらのレモン風味焼・和風サラダ・切干 大根・豚汁・千切沢庵	御飯・みそ豚炒め・揚げ餃子・生野菜・かに豆腐 汁・もやしキムチ
9	木	ミルク ^{コッパ} ・生野菜・ツナサラダ・牛乳・◎プリンB 御飯・◎おろしハ ^{バー} グ・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	御飯・鶏肉カレー焼き・大根サラダ・ひじき煮・ 豆スープ・胡瓜青唐辛子漬	御飯・ガリバタチキン炒め・生野菜・茹で焼売・ 中国菜スープ・野沢菜漬
10	金	厚切食パン・生野菜・ ^{コールスロー} サ ^{ラダ} ・牛乳・◎果実ジュース 御飯・◎牛すき井・生野菜・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・豚肉と白たきのピリ辛煮・金平ごぼう・豆 腐・すまし汁・味噌鯉にんにく	御飯・鶏肉が ^ー リ ^ッ ク炒め・生野菜・蓮根挟み揚・中 華スープ・白菜朝鮮漬
11	土	(運) クリーム ^ロ ン ^グ ラ ^イ フ ^パ ン・ ^ロ ン ^グ ラ ^イ フ ^シ ョ ^コ ラ ^デ ニ ^ッ シュ・ボカリスエット	(運) 幕の内弁当A・L Lお茶	(運) 幕の内弁当C・L Lウーロン茶
12	日	(運) パンの缶詰・L L牛乳・カロリーメイト	(運) 幕の内弁当B・L Lお茶	(運) 幕の内弁当D・L Lウーロン茶
13	月	御飯・炭火焼きとり・味噌汁・のり佃煮・牛乳・もやしキムチ	御飯・ミックスフライ・きゃべつ・ア ^ス パ ^ラ エ ^ッ グ ^チ ー ^ズ 和え・たぬき汁・梅風味漬	御飯・ハムステーキ・和風スパゲティ・生野菜・ 野菜スープ・ソフトつぼ漬
14	火	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・◎紙パック飲料A 御飯・◎牛井の具・コールスロー・たらこフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・ハヤシライス・生野菜・ボイルウイン ナー・牛乳・福神漬	御飯・春巻・きゃべつ・こんにゃく ^サ ラ ^ダ ・麻婆豆 腐・刻み昆布
15	水	豆乳ツイスト・生野菜・焙煎胡麻 ^{チキ} ・牛乳・◎果物ヨーグルトC 御飯・◎鶏照井・生野菜・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・鯖の塩焼みそだれ・舞茸と牛肉の甘煮・納 豆・さつま汁・胡瓜朝鮮漬	御飯・鶏肉ごぼう煮・和風サラダ・厚焼卵・けん ちん汁・野沢菜漬
16	木	バターロール・生野菜・パックオムレツ・チーズ・牛乳・◎ヨーグルトB 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・網目春巻・★エスニック風ビーフン★・1 5種サラダ・ ^エ 豆腐中華 ^ス ープ・もやしキムチ・ パインジュース	正油ラーメン・手巻おにぎり・もやしにら炒め
17	金	食パン・生野菜・ロースハム・スライスチーズ・牛乳・◎ヨーグルトC 御飯・◎牛カルビ井・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・鶏竜田揚げ・きゃべつ・ア ^ス パ ^ラ エ ^ッ グ ^チ ー ^ズ 和え・きのこスープ・野菜ジュース	御飯・焼塩鮭・竹の子そぼろ煮・お浸し・すまし 汁・白菜朝鮮漬
18	土	(運) クリームパン・ ^{シュ} ガ ^ー 掛け ^デ ニ ^ッ シュ・アセロラドリンク	御飯・豚肉とごぼうの卵とじ・じゃこサラダ・切 干大根・味噌汁・梅風味漬	御飯・かじき粕漬・おろし和え・納豆・厚焼卵・ つみれ汁・胡瓜青唐辛子漬
19	日	ソフト食パン・生野菜・ベーコンポテトサラダ・チーズ・牛乳・L LフルーツジュースD	御飯・チキントマトソース煮・ ^ブ ロッコ ^{リー} ハ ^ム サ ^ラ ダ・ おさつ・コンソメスープ・刻み昆布	御飯・豚肉の生姜焼・きゃべつ・こんにゃく ^サ ラ ^ダ ・ たぬき汁・もやしキムチ
20	月	長ロール・コールスロー・☆ ^パ ッ ^ク キ ^リ バ [☆] ・牛乳・◎プリンB 御飯・◎さんま井・コールスロー・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・チキンカレー・ナタデココ和え・野菜 ジュース・福神漬・たまりらっきょう	御飯・ミックスフライ・にんにくの芽炒め・きゃ べつ・豆腐チゲ・しば高菜
21	火	玄米チーズパン・生野菜・ ^{カレー風味} チキ ^ン サ ^{ラダ} ・牛乳・◎果実ジュース 御飯・◎おろしハ ^{バー} グ・生野菜・味噌汁・のり佃煮・牛乳	御飯・ホイコーロウ・揚げ餃子・生野菜・中華 スープ・味噌鯉にんにく	御飯・チキンソテーが ^ー リ ^ッ グ ^チ ー ^ズ ・ポテトとチー ズの卵炒・きゃべつ・かに豆腐汁・ソフトつぼ漬
22	水	厚切食パン・生野菜・パックオムレツ・牛乳・◎紙パック飲料A 御飯・◎牛すき井・生野菜・味噌汁ふりかけ・牛乳	ミートソーススパゲティ・チキンナゲット・生野 菜・牛乳・◎ホットケーキ	御飯・牛肉きのこ ^サ ラ ^ダ ソ ^ー テ ^ー ・生野菜・茹で焼売・ 粟米湯・胡瓜朝鮮漬
23	木	(運) チョ ^コ ッ ^ッ パ ^ー メ ^ロ ン ^パ ン・ア ^ッ プ ^ル デ ^ニ ッ ^{シュ} ・アップルドリンク	御飯・鯖の塩焼・もやししそ和え・小芋土佐煮・ のっぺい汁・野沢菜漬	御飯・春巻・麻婆なす・生野菜・中国菜スープ・ 胡瓜青唐辛子漬
24	金	豆乳ツイスト・生野菜・ツナサラダ・チーズ・牛乳・◎果物ヨーグルトC 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・ポークソテー・生野菜・ビーンズサラダ・ ミネストローネ・梅風味漬	カレーうどん・じゃこサラダ・いなり寿司&のり 巻・厚焼卵
25	土	(運) 黒糖コッペパン・ランチパック・ミルクティ缶	御飯・豚肉ごぼう煮・生野菜・切干大根・かき卵 汁・刻み昆布	御飯・チンジャオロース・フライドポテト・生野 菜・中華スープ・もやしキムチ
26	日	ミルク ^{コッパ} ・生野菜・ ^{コールスロー} サ ^{ラダ} ・牛乳・ヨーグルトB	御飯・鶏唐揚げ・炒り卵・きゃべつ・たぬき汁・ 千切沢庵	御飯・ミ ^ー ト ^ハ ー ^ル チ ^リ ー ^ズ 煮・きゃべつ・アスパラマヨ ネーズ和え・味噌汁
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・◎ヨーグルトC 御飯・◎牛井の具・コールスロー・味噌汁・ふりかけ・牛乳	御飯・とんかつ・きゃべつ・中華サラダ・味噌 汁・味噌鯉にんにく	御飯・豚キムチ・揚げ餃子・いも甘露煮・中国菜 スープ・しば高菜
28	火	ソフト食パン・生野菜・ベーコンポテトサラダ・牛乳・☆◎ ^パ ッ ^ク 入 ^リ ス ^ー プ☆	御飯・ポークカレー・イタリアンサラダ・プチ マト・牛乳・福神漬・らっきょう漬	御飯・ひなの照焼・焼きビーフン・生野菜・味噌 汁・野沢菜漬
29	水	バターロール・生野菜・焙煎胡麻 ^{チキ} ・牛乳・◎プリンB 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・牛肉のきのこ煮・生野菜・蓮根挟み揚・味 噌汁・胡瓜朝鮮漬	御飯・豚肉のロベール風煮込み・茹野菜・おさ つ・野菜スープ・千切沢庵
30	木	食パン・生野菜・ロースハム・スライスチーズ・牛乳・◎L LフルーツジュースD 御飯・◎牛カルビ井・生野菜・たらこフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・鮭のムニエル・和風スパゲティ・大根サ ラダ・きのこスープ・もやしキムチ	御飯・ガリバタチキン炒め・生野菜・かにサ ラダ・春雨 ^{タタ} ス ^ー プ・胡瓜青唐辛子漬

1. ◎印は学生のみを示す（学生と自衛官の定額差分）
2. 16日（木）昼食はカンボジア・モンゴル・タイ・ミャンマー慶賀会食献立とする。
3. ★は新メニューを示す。
4. ☆は季節メニューを示す。