

令和2年1月分献立表

給食第1係

日曜	朝食	昼食	夕食
1 水	(運) ロングライフ小倉アパン・ロングライフショコラデニッシュ・LL牛乳	(運) レンジミートドリア・牛肉すき焼缶・紙パック飲料B	(運) ねぎ味噌ラーメン・フリーズドライ飯・L LフルーツジュースD
2 木	(運) 安心米五目御飯・鯖照焼缶・野菜ジュース	(運) レンジ御飯・カップ麺塩焼きそば・カフェオレ缶・焼きとり缶(小)	(運) カップ入りうどん・みかん缶(小)・安心米わかめ御飯
3 金	(運) カップ鮭茶漬け・LL牛乳・カロリーメイト	(運) フリーズドライ飯・パイ缶(小)・こんにやくゼリー飲料	(運) レンジ御飯・レトルトカレー・カップ麺塩焼きそば
4 土	(運) フルーツコーンフレーク・非常用栄養補助食品・LL牛乳	(運) レンジミートドリア・鶏からあげ缶・アセロラドリンク	(運) アルファ米海鮮おこわ・とんこつラーメン
5 日	(運) クリームロングライフパン・ロングライフレモンパン・野菜ジュース	御飯・春巻・いんげんコーンソテー・こんにやくサラダ・味噌汁・LL牛乳・ソフトつぼ漬	御飯・ホイップ鶏惣菜・ヤキソバ・ひじき煮・なめこ汁・胡瓜青唐辛子漬
6 月	ソフト食パン・ポテトサラダ・バックオムレツ・LL牛乳・◎LLフルーツジュースD 御飯・◎炭火焼きとり・たらこフレーク・味噌汁・LL牛乳・もやしキムチ	御飯・ハムステーキ・ゴボウサラダ・ピーマン肉詰揚げ・コンソメスープ・梅風味漬	御飯・洋食亭ハンバーグ・プロテインサラダ・厚焼卵・味噌汁・ゆず大根漬
7 火	食パン・生野菜・タマゴサラダ・牛乳・◎紙パックビタミン飲料 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・味噌汁・ふりかけB・牛乳	御飯・とんかつ・アスパラeggチーズ和え・生野菜・なめこ汁・きゅうり漬	御飯・ミートボールリソース煮・中華サラダ・さつま芋甘露煮・中華スープ・ソフトつぼ漬
8 水	長ロール・生野菜・ポイルウインナー・牛乳・◎LLフルーツジュース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・ビーフカレー・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・豚生姜焼風炒め・生野菜・金平ごぼう・豆腐チゲ・梅風味漬
9 木	バターロール・生野菜・ベーコンポテトサラダ・牛乳・◎ヨーグルトA 御飯・◎牛丼の具・生野菜・味噌汁・のり佃煮・牛乳	御飯・チキンソテー・プロコリアマヨネーズ和え・生野菜・ポトフ・味噌鯉にんにく	御飯・焼塩鮭・焼きビーフン・厚焼卵・豚汁・白菜朝鮮漬
10 金	チーズソフトフランス・ツナサラダ・生野菜・◎プリンC・牛乳 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・牛肉馬令炒煮・切干大根・豆腐・たぬき汁・もやしキムチ	天ぷらうどん(そば)・お浸し・いなり寿司&のり巻
11 土	(運) メロンパン・クリームパン・LL牛乳	御飯・ガリバタチキン炒め・生野菜・納豆・味噌汁・野沢菜漬	御飯・ホッケ塩焼・じゃがいもそぼろ煮・大根おろし・沢煮椀・大根キムチ
12 日	小型ソフト食パン・生野菜・マセドアンサラダ・牛乳・飲むヨーグルトB	御飯・ホイコーロウ・揚げシュウマイ・焼きうどん・中華スープ・千切沢庵	御飯・牛キャベツのカレー炒め・いんげん胡麻和え・生野菜・味噌汁・高菜油炒漬
13 月	黒糖パン・コールスロー・ポテトサラダ・チーズ・牛乳・ヨーグルトA	御飯・親子丼・大根サラダ・さつま芋甘露煮・すまし汁・刻み昆布	御飯・牛カルビ丼・ひじき煮・ピーマン肉詰揚げ・たぬき汁・梅風味漬
14 火	パンズパン・バックハンバーグ・スライスチーズ・牛乳・◎紙パックコーヒー 御飯・◎鶏照井・味噌汁・焼のり・牛乳・もやしキムチ	御飯・なすカレー・生野菜・ポイルウインナー・牛乳・福神漬・らっきょう漬	御飯・あじフライ・いかフライ・竹の子そぼろ煮・生野菜・さつま汁・味噌鯉にんにく
15 水	野菜ロール・ツナサラダ・生野菜・牛乳・◎果物ヨーグルトD 御飯・◎さんま丼・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	御飯・ポークソテーがリックソース・もやしにら炒め・生野菜・味噌汁・ソフトつぼ漬 新メニュー	御飯・牛肉きのこ炒め・金平ごぼう・南瓜挟み揚げ・かき卵汁・高菜油炒漬
16 木	ソフト食パン・生野菜・ロースハム・スライスチーズ・牛乳・◎紙パックビタミン飲料 御飯・◎親子丼・生野菜・味噌汁・ふりかけC・牛乳	御飯・エビフライ・生野菜・★チキンマヨネーズ和え・★コンソメスープ・苺大福・梅風味漬	御飯・豚肉と白たきのピリ辛煮・生野菜・竹輪磯辺揚・のっぺい汁・野沢菜漬
17 金	チーズソフトフランス・生野菜・スパニッシュオムレツ・牛乳・◎LLフルーツジュースC 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・牛焼肉・プロコリアサラダ・根菜マリネ・もやしスープ・大根キムチ	御飯・鶏唐揚げ・わかめじゃこ炒り卵・生野菜・つみれ汁・刻み昆布
18 土	(運) あんぱん・コッパパン仔ゴ&マガリン・カフェオレ缶	御飯・チンジャオロース・揚げ餃子・生野菜・中華スープ・きゅうり漬	御飯・あじの干物・さつま揚げの吹き寄せ煮・大根おろし・さつま汁・焼のり・白菜朝鮮漬
19 日	食パン・生野菜・タマゴサラダ・スライスチーズ・牛乳・ヨーグルトA 季節メニュー	御飯・鶏肉がリック炒め・ビーンズサラダ・生野菜・コンソメスープ・千切沢庵	御飯・豚肉カリー炒め・生野菜・厚焼卵・味噌汁・ソフトつぼ漬
20 月	長ロール・ポイルウインナー・コンソメサラダ・牛乳・☆◎パック入りスープ☆ 御飯・◎ハムステーキ・味噌汁・ふりかけA・牛乳・もやしキムチ	御飯・ポークカレー・チキンマリネ・牛乳・福神漬・たまりらっきょう	御飯・春巻・ナムル・ゴボウサラダ・麻婆豆腐・高菜油炒漬
21 火	バターロール・生野菜・ベーコンポテトサラダ・◎プリンC・チーズ・牛乳 御飯・◎牛丼の具・生野菜・とりそぼろ・味噌汁・牛乳	御飯・豚肉大根煮・ひじき煮・ピーマン肉詰揚げ・味噌汁・刻み昆布 新メニュー	御飯・チキントマトソース煮・フライドポテト・茹野菜・ポトフ・梅風味漬
22 水	小型ソフト食パン・ツナサラダ・生野菜・牛乳・◎飲むヨーグルトB 御飯・◎さんま丼・生野菜・納豆・味噌汁・牛乳	御飯・★ぶりのゆず風味焼★・大根サラダ・金平ごぼう・かに豆腐汁・白菜朝鮮漬	御飯・肉団子酢豚風・生野菜・春雨タタキスープ・千切沢庵
23 木	黒糖パン・生野菜・マセドアンサラダ・牛乳・◎ヨーグルトA 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・たらこフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・ハンバーグデミソース・プロテインサラダ・生野菜・コンソメスープ・きゅうり漬	御飯・豚キムチ・たこの唐揚げ・こんにやくサラダ・中華スープ・野沢菜漬
24 金	ソフト食パン・生野菜・タマゴサラダ・牛乳・◎紙パックコーヒー 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・味噌汁・のり佃煮・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・◎チーズ風味蒸パン	御飯・バック入り牛丼・生野菜・おさつ・けんちん汁・高菜油炒漬
25 土	(運) アップルデニッシュ・焼きそばパン・ポカリスエット	御飯・鶏肉と卵の煮物・生野菜・焼きうどん・味噌汁・ソフトつぼ漬	五目御飯・関東煮・和風サラダ・ひじき煮・白菜朝鮮漬
26 日	野菜ロール・生野菜・ベーコンポテトサラダ・牛乳・果物ヨーグルトD	御飯・肉じゃが・酢の物・納豆・たぬき汁・梅風味漬	御飯・豚肉とたけのこの辛み炒め・中華サラダ・生野菜・中華スープ・きゅうり漬
27 月	パンズパン・バックハンバーグ・スライスチーズ・牛乳・◎紙パックビタミン飲料 御飯・◎牛丼の具・味噌汁・ふりかけB・牛乳・もやしキムチ	御飯・きのこカレー・杏仁ナタデココ・野菜ジュース・福神漬・らっきょう漬	御飯・鶏竜田揚げ・豚キャベツ酢炒め・生野菜・かき卵汁・千切沢庵
28 火	チーズソフトフランス・ツナサラダ・生野菜・牛乳・◎LLフルーツジュースC 御飯・◎親子丼・生野菜・味噌汁・焼のり・牛乳	御飯・鮭のムニエル・ナポリタン・茹野菜・ミネストローネ・味噌鯉にんにく	御飯・ホイコーロウ・中華サラダ・さつま芋甘露煮・中華スープ・もやしキムチ
29 水	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A 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・サケフレーク・味噌汁・牛乳	御飯・豚生姜焼風炒め・生野菜・ゴボウサラダ・つみれ汁・きゅうり漬	御飯・ガリバタチキン炒め・生野菜・長芋と梅ざーサイの和え物・帆立わかめスープ・白菜朝鮮漬
30 木	バターロール・生野菜・マセドアンサラダ・◎プリンC・チーズ・牛乳 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・味噌汁・ふりかけC・牛乳	御飯・さわらの照焼・中国菜塩だれソテー・ひじき煮・春雨タタキスープ・野沢菜漬	御飯・鶏肉ごぼう煮・いんげん胡麻和え・南瓜挟み揚げ・豆腐チゲ・刻み昆布
31 金	小型ソフト食パン・生野菜・タマゴサラダ・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・豚肉のロベール風煮込み・根菜マリネ・バター正油ポテト・野菜スープ・高菜油炒漬	肉うどん(そば)・お浸し・ピーマン肉詰揚げ・手巻おにぎり

- ◎印は学生のみを示す(学生と自衛官の定額差分)
- 年末年始の休暇に伴い5日(日)朝まで運搬食とする。
- 16日(昼)は成人祝賀会食献立とする。
- ★は新メニュー示す。
- ☆は季節メニュー示す。