12月分献立

※ 仕入れの都合上、メニューを変更する場合がございます。ご了承下さいませ。

日	付	朝食	昼食 A	昼食 B	夕食 A	夕食 B	行事
1	木	ご飯(味付のり) 鰤の塩焼き インゲンの和え物 厚焼卵 切干大根 味噌汁(大根・揚) 762kcal	ご飯 チキン南蛮 コーンサラダ 白桃缶 スープ(ｷﾉｺ・ｷｸﾗｹﾞ) 874kcal	ゆかりご飯 スタミナにんにくラーメン コーンサラダ 白桃缶 871kcal	ご飯 ミックスフライ ヘルシーサラダ 卵サラダ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・人参) 牛乳 1247kcal	シュリンプカレー ヘルシーサラダ ハッシュドポテト 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・人参) 牛乳 1028kcal	おかわりデー
2	金	ロールパン(マーマレード)　牛乳 コンビネーションオムレツ キンピラレンコン ハンプキンサラダ ミックス野菜(コールスロー) スープ(玉葱・ベーコン) 844kcal	ご飯 のびチーメンチ&春巻き キューブマヨサラダ 洋梨缶 味噌汁(豆腐・葱) 1046kcal	牛丼 キューブマヨサラダ 洋梨缶 味噌汁(豆腐・葱) 879kcal	ご飯 チキンカツ(味噌ダレ) ミックス野菜 菜の花の辛子和え スープ(ニラ・卵) ヨーグルト 1049kcal	ご飯 鶏と卵のさっぱり炒め ミックス野菜 菜の花の辛子和え スープ(ニラ・卵) ヨーグルト 822kcal	英語劇
3	土	ご飯(おかか) ハンバーグ 丸天煮 スパゲティーサラダ 生酢 味噌汁(ワカメ・揚) 897kcal	ご飯 鶏肉のバジル焼き グリーンサラダ イカリング スープ(ホウレン草・ベーコン) 1015kcal	鮭ご飯 きつねうどん グリーンサラダ イカリング 8410kcal	ご飯 鯖の照焼き シーザーサラダ プチ芋 味噌汁(玉葱・人参) 牛乳 1161kcal	ご飯 豚肉の柳川煮 シーザーサラダ プチ芋 味噌汁(玉葱・人参) 牛乳 1032kcal	
4	日	ご飯(さけ) チキン西京焼き マカロニサラダ シュウマイ ハリハリダイコン 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ・人参) 974kcal	ご飯 回鍋肉 コールスローサラダ フライドポテト 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・エノキ) 835kcal	ビーフカレー コールスローサラダ フライドポテト 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・エノキ) 1045kcal	ご飯 エビカツ(タルタル) コーンサラダ 青梗菜のサナ和え スープ(ワカメ・ゴマ) 牛乳 950kcal	ご飯 鶏肉のバーベキュー炒め コーンサラダ 青梗菜のサナ和え スープ(ワカメ・ゴマ) 牛乳 900kcal	日本語能力試験
5	月	クロワッサン(チョコ)　牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(中華) スープ(ゼヤシ・コーン) 859kcal	ご飯 プルコギ風 ヘルシーサラダ マンゴープリン 味噌汁(白菜・麩) 826kcal	唐揚テリマヨ丼 ヘルシーサラダ マンゴープリン 味噌汁(白菜・麩) 1115kcal	ご飯 ニンニク芽のチリソース炒め キューブマヨサラダ ハンプキンサラダ スープ(玉葱・葱) ヨーグルト 1142kcal	ご飯 韓国風すき煮 キューブマヨサラダ ハンプキンサラダ スープ(玉葱・葱) ヨーグルト 920kcal	期末考査発表
6	火	ご飯(たらこ) チリソース団子 白菜の和え物 ミートオムレツ ナムル 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・葱) 833kcal	ご飯 野菜そぼろ炒め ミックス野菜 黄桃缶 スープ(ニラ・節) 777kcal	チキン竜田丼 ミックス野菜 黄桃缶 スープ(ニラ・節) 983kcal	ご飯 ハンバーグ&フィッシュフライ グリーンサラダ マカロニソテー 味噌汁(大根・ワカメ) 牛乳 1237kcal	ご飯 カレー肉じゃが グリンサラダ マカロニソテー 味噌汁(大根・ワカメ) 牛乳 922kcal	終業式
7	水	ロールパン(リンゴ)　牛乳 目玉焼き 焼きそば ポテトサラダ ミックス野菜(和風) スープ(コーン・ベーコン) 803kcal	ご飯 鶏の竜田揚げ シーザーサラダ 卵サラダ スープ(玉葱・ｷｸﾗｹﾞ) 820kcal	ヘヘルロンチーノ シーザーサラダ ミニメンチカツ スープ(玉葱・ｷｸﾗｹﾞ) 713kcal	ご飯 エビカツ(タルタル) コールスローサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(ゼヤシ・人参) ヨーグルト 944kcal	ご飯 牛肉と野菜のオイスター炒め コールスローサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(ゼヤシ・人参) ヨーグルト 871kcal	
8	木	ご飯(かつお) 鰤の照焼き 小松菜の和え物 コーン春雨サラダ サーサイ 味噌汁(エノキ・人参) 894kcal	ご飯 メンチカツ(ソース) コーンサラダ フルーツ 味噌汁(酢・葱) 944kcal	五目炒飯 コーンサラダ フルーツ 味噌汁(酢・葱) 580kcal	ご飯 酢竜田の野菜あんかけ ヘルシーサラダ 春雨のマヨ和え スープ(ワカメ・玉葱) 牛乳 996kcal	ご飯 豚肉と厚揚げのキムチ炒め ヘルシーサラダ 春雨のマヨ和え スープ(ワカメ・玉葱) 牛乳 942kcal	
9	金	ロールパン(蒸シャム)　牛乳 ウインナー キャベツと卵ソテー スパゲティーサラダ ミックス野菜(青じそ) スープ(ゴマ・キクラゲ) 923kcal	ご飯 鶏肉のガーリックペッパー焼き キューブマヨサラダ オニオンリング 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ・葱) 1027kcal	ひじきご飯 豚キムチラーメン キューブマヨサラダ オニオンリング 1035kcal	ご飯 ビーフカツ(キノコソース) ミックス野菜 切干大根 スープ(卵・ニラ) ヨーグルト 935kcal	チキンカレー ミックス野菜 ハッシュドポテト スープ(卵・ニラ) ヨーグルト 1016kcal	おかわりデー
10	土	ご飯(たまご) 鶏の照焼き　厚焼卵 竹輪と大根の煮物 豆ごぼうサラダ パリハリダイコン 味噌汁(豆腐・人参) 883kcal	ご飯 豚カツ(おろし) グリーンサラダ フルーツミックス スープ(ゼヤシ・人参) 837kcal	豆わかめご飯 味噌ラーメン グリーンサラダ フルーツミックス 835kcal	ご飯 鯖の味噌煮 シーザーサラダ ゴマサバミカン 味噌汁(小松菜・揚) 牛乳 1026kcal	ご飯 ムーシーロー シーザーサラダ ゴマサバミカン 味噌汁(小松菜・揚) 牛乳 969kcal	県外入試
11	日	ご飯(のり佃煮) ハンバーグ 刺昆布の炒め煮 ちぎり揚げ 根菜育煮 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ・揚) 843kcal	ご飯 三種フライ コールスローサラダ ミルク寒天 スープ(白菜・葱) 889kcal	わかめご飯 ゆずそば コールスローサラダ ミルク寒天 849kcal	ご飯 ハンバーグ(デミソース) コーンサラダ ハンプシュー 味噌汁(キャベツ・玉葱) 牛乳 1086kcal	ご飯 鶏じゃが コーンサラダ ハンプシュー 味噌汁(キャベツ・玉葱) 牛乳 949kcal	
12	月	クロワッサン(チョコ)　牛乳 オムレツ ハムとじゃが芋の炒め ナポリタン ミックス野菜(コールスロー) スープ(ニラ・節) 924kcal	ご飯 揚鶏の香味ソース ヘルシーサラダ 杏仁フルーツ スープ(ワカメ・コーン) 933kcal	オムライスコロッケのせ デミソース ヘルシーサラダ 杏仁フルーツ スープ(ワカメ・コーン) 937kcal	ご飯 豚のにんにく味噌炒め キューブマヨサラダ 大学芋 味噌汁(厚揚げ・葱) ヨーグルト 1000kcal	ご飯 お好み焼き キューブマヨサラダ 大学芋 味噌汁(厚揚げ・葱) ヨーグルト 1102kcal	期末考査②
13	火	ご飯(さけ) 鳳酢肉団子 白和え ポテトサラダ ナムル 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・白菜) 929kcal	ご飯 豚の唐揚げ ミックス野菜 生酢 味噌汁(玉葱・人参) 994kcal	ゆかりご飯 塩ラーメン ミックス野菜 かぼちゃコロッケ 1035kcal	ご飯 鶏竜田のワサビ風味あん グリーンサラダ 菜の花の和え物 スープ(ｷｸﾗｹﾞ・ゴマ) 牛乳 1024kcal	ご飯 牛肉とモヤシのピリ辛炒め グリーンサラダ 菜の花の和え物 スープ(ｷｸﾗｹﾞ・ゴマ) 牛乳 883kcal	期末考査②
14	水	ロールパン(ブルーベリー&マーガリン) ウインナー　牛乳 焼きそば キャベツと卵ソテー ミックス野菜(中華) スープ(ゼヤシ・人参) 919kcal	ご飯 ビーフカツ(おろし) シーザーサラダ パイン缶 スープ(卵・ニラ) 851kcal	中華丼 シーザーサラダ パイン缶 スープ(卵・ニラ) 701kcal	ご飯 ネギ塩豚カツ コールスローサラダ インゲンのゴマ和え 味噌汁(玉葱・葱) ヨーグルト 903kcal	ご飯 鶏肉の柚子胡椒炒め コールスローサラダ インゲンのゴマ和え 味噌汁(玉葱・葱) ヨーグルト 857kcal	期末考査④
15	木	ご飯(おかか) 納豆 温泉卵 ピーマン炒め 餃子 味噌汁(エノキ・揚) 818kcal	ご飯 鮭のマヨ焼き コーンサラダ フルーツヨーグルト スープ(白菜・人参) 782kcal	鮭ご飯 肉うどん コーンサラダ フルーツヨーグルト 923kcal	ご飯 タンドリーチキン ヘルシーサラダ ミニ野菜コロッケ 味噌汁(大根・ニラ) 牛乳 1259kcal	ご飯 ニラ豚炒め ヘルシーサラダ ミニ野菜コロッケ 味噌汁(大根・ニラ) 牛乳 995kcal	期末考査④
16	金	ロールパン(リンゴ)　牛乳 コンビネーションオムレツ シュウマイ 春雨中華サラダ ミックス野菜(和風) スープ(ニラ・ベーコン) 807kcal	ご飯 チキン竜田(オーロラソース) キューブマヨサラダ 卵サラダ 味噌汁(ゼヤシ・ワカメ) 1051kcal	ピリ辛炒飯 キューブマヨサラダ ハムカツ 味噌汁(ゼヤシ・ワカメ) 798kcal	ご飯 秋刀魚フライ ミックス野菜 フルーツ スープ(節・コーン) ヨーグルト 949kcal	ご飯 豚の甘辛煮 ミックス野菜 フルーツ スープ(節・コーン) ヨーグルト 898kcal	集中授業①

日	付	昼食 A	昼食 B	夕食 A	夕食 B	行事
17	土	ご飯(味付のり) 鰤の照焼き 切干大根と高野の煮物 ゴボウサラダ サーサイ 味噌汁(白菜・ワカメ) 860kcal	ご飯 チーズハンバーグ グリーンサラダ ゴマサバミカン スープ(玉葱・コーン) 1034kcal	豆わかめご飯 坦々麺 グリーンサラダ ゴマサバミカン 1150kcal	ご飯 ポテトと唐揚の黒胡椒炒め シーザーサラダ 青梗菜のワサビ和え 味噌汁(青梗菜・揚) 牛乳 1144kcal	ご飯 ご主味噌炒め肉豆腐 シーザーサラダ 青梗菜のワサビ和え 味噌汁(青梗菜・揚) 牛乳 1114kcal	
18	日	ご飯(たらこ) ウインナー 笹がき牛蒡の甘辛漬 ポテトサラダ インゲンの和え物 味噌汁(大根・人参) 887kcal	ご飯 豚キムチ炒め コールスローサラダ 白桃缶 味噌汁(麩・葱) 852kcal	ソースカツ丼 コールスローサラダ 白桃缶 味噌汁(麩・葱) 996kcal	ご飯 鯖の南蛮漬け コーンサラダ 小松菜の和え物 スープ(キャベツ・ベーコン) 牛乳 885kcal	ご飯 筑前煮 コーンサラダ 小松菜の和え物 スープ(キャベツ・ベーコン) 牛乳 907kcal	
19	月	クロワッサン(チョコ)　牛乳 目玉焼き 焼きそば 鶏つくね ミックス野菜(青じそ) スープ(ゼヤシ・コーン) 901kcal	ご飯 コロッケ&アジフライ ヘルシーサラダ ナムル スープ(ワカメ・節) 806kcal	キムチ炒飯 ヘルシーサラダ ハムマヨ玉子フライ スープ(ワカメ・節) 725kcal	牛すじカレー キューブマサラダ フライドポテト 味噌汁(玉葱・人参) ヨーグルト 1089kcal	牛すじカレー キューブマサラダ フライドポテト 味噌汁(玉葱・人参) ヨーグルト 1097kcal	集中授業② おかわりデー
20	火	ご飯(かつお) 鶏の照焼き 春雨中華サラダ マカロニサラダ 五目煮豆 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・揚) 895kcal	ご飯 厳カツ(ソース) ミックス野菜 洋梨缶 味噌汁(白菜・葱) 882kcal	旨辛エスニックライス ミックス野菜 洋梨缶 味噌汁(白菜・葱) 816kcal	ご飯 ハンバーグ&春巻き グリーンサラダ 錦糸和え スープ(卵・ｷｸﾗｹﾞ) 牛乳 1126kcal	ご飯 鶏肉と野菜のXO醤炒め グリーンサラダ 錦糸和え スープ(卵・ｷｸﾗｹﾞ) 牛乳 869kcal	集中授業③
21	水	ロールパン(イチゴ)　牛乳 ハンバーグ 卵サラダ ナポリタン ミックス野菜(コールスロー) スープ(ゴマ・キクラゲ) 962kcal	ご飯 手作り唐揚げ シーザーサラダ マンゴープリン スープ(玉葱・ワカメ) 889kcal	ひじきご飯 牛白湯ラーメン シーザーサラダ マンゴープリン 1138kcal	ご飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め コールスローサラダ 金時煮豆 味噌汁(ゼヤシ・人参) ヨーグルト 1047kcal	ご飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め コールスローサラダ 金時煮豆 味噌汁(ゼヤシ・人参) ヨーグルト 1012kcal	集中授業④
22	木	ご飯(たまご) ミートボール 竹輪と大根の煮物 ほうれん草オムレツ 切干大根 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ・ニラ) 854kcal	ご飯 鰤の塩焼き コーンサラダ 黄桃缶 味噌汁(豆腐・葱) 827kcal	豚キムチビビンバ コーンサラダ 黄桃缶 味噌汁(豆腐・葱) 966kcal	ご飯 鶏竜田の甘酢あんかけ ヘルシーサラダ プチ芋 スープ(ｷｬﾍﾞﾂ・エノキ) 牛乳 1128kcal	ご飯 スタミナちゃんこ風 ヘルシーサラダ プチ芋 牛乳 968kcal	終業式
23	金	ご飯(のり佃煮) ポイルウインナー 切の花 スパゲティーサラダ 根菜青菜 味噌汁(大根・揚) 860kcal	ご飯 豚肉と野菜のサムジャン炒め キューブマヨサラダ チキンナゲット スープ(玉葱・人参) 826kcal	わかめご飯 かき揚げそば キューブマヨサラダ チキンナゲット 874kcal	ご飯 鶏の照り煮 ミックス野菜 蒸鶏とキャベツのサラダ 味噌汁(白菜・麩) 牛乳 1150kcal	ご飯 チンジャオロース ミックス野菜 蒸鶏とキャベツのサラダ 味噌汁(白菜・麩) 牛乳 950kcal	
24	土	ご飯(さけ) オムレツ ひじきと枝豆の煮物 フィッシュソーセージフライ 卵サラダ 味噌汁(豆腐・葱) 811kcal	ご飯 手作りかき揚げ グリーンサラダ フォーヌーヨーグルト 味噌汁(卵・ニラ) 733kcal	ポークカレー グリーンサラダ フォーヌーヨーグルト 922kcal	ご飯 骨付鶏&エッグフライ シーザーサラダ 皮付きポテト スープ(ワカメ・コーン) 牛乳 1199kcal	ご飯 骨付鶏&アスパラフライ シーザーサラダ 皮付きポテト スープ(ワカメ・コーン) 牛乳 1141kcal	
25	日	ご飯(おかか) 鮭の塩焼き 小松菜の和え物 コーン春雨サラダ うぐいす豆 味噌汁(白菜・エノキ) 811kcal	照焼きハンバーグ コールスローサラダ イカリング スープ(ホウレン草・ベーコン) 981kcal	ゆかりご飯 醤油ラーメン コールスローサラダ イカリング 832kcal	ご飯 メンチカツ(おろし) コーンサラダ 青梗菜の辛子和え 味噌汁(玉葱・揚) 牛乳 1099kcal	ご飯 豚肉のレモン炒め コーンサラダ 青梗菜の辛子和え 味噌汁(玉葱・揚) 牛乳 877kcal	
26	月	ご飯(味付のり) 納豆 温泉卵 ピーフン炒め 餃子 味噌汁(ゼヤシ・人参) 809kcal	里芋と牛肉のうま煮 ヘルシーサラダ フルーツ 味噌汁(厚揚げ・葱) 894kcal	カツ丼(卵とじ) ヘルシーサラダ フルーツ 味噌汁(厚揚げ・葱) 954kcal	麻婆豆腐 キューブマサラダ ゴマサバミカン スープ(節・葱) 牛乳 992kcal	クリームシチュー キューブマサラダ ゴマサバミカン スープ(節・葱) 牛乳 1113kcal	
27	火	ご飯(たらこ) ポイルウインナー 金平牛蒡 ハンプキンサラダ パリハリダイコン 味噌汁(酢・葱) 904kcal	ご飯 チキンマヨ焼き ミックス野菜 フルーツミックス スープ(ｷｸﾗｹﾞ・人参) 964kcal	鮭ご飯 月見うどん ミックス野菜 フルーツミックス 806kcal	ご飯 酢鶏 グリーンサラダ ハムエ玉子フライ 味噌汁(大根・ニラ) 牛乳 1207kcal	ご飯 八宝菜 グリーンサラダ ハムマヨ玉子フライ 味噌汁(大根・ニラ) 牛乳 1052kcal	仕事納め
28	水	ご飯(かつお) ハンバーグ 刺昆布の炒め物 シュウマイ ナムル 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ・人参) 844kcal	ご飯 油淋鶏 シーザーサラダ 卵サラダ 味噌汁(ワカメ・豆腐) 985kcal	ナポリタン シーザーサラダ コロッケ 味噌汁(ワカメ・豆腐) 688kcal	ご飯 唐揚ノルウェー風 コールスローサラダ スパゲティーサラダ スープ(ゼヤシ・コーン) 牛乳 1205kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め コールスローサラダ スパゲティーサラダ スープ(ゼヤシ・コーン) 牛乳 1002kcal	
29	木	ご飯(たまご) チキン西京焼き 丸天煮 豆ゴボウサラダ ひじき煮 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・葱) 923kcal	ご飯 牛肉の四川炒め コーンサラダ ミルク寒天 スープ(卵・ニラ) 791kcal	豆わかめご飯 野菜いっぱい味噌ラーメン コーンサラダ ミルク寒天 917kcal	ご飯 コロッケ&春巻き ヘルシーサラダ 小松菜のゴマ和え 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1031kcal	ご飯 冒塩焼肉 ヘルシーサラダ 小松菜のゴマ和え 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 851kcal	
30	金	ご飯(のり佃煮)　お弁 甘酢肉団子 白菜の和え物 厚焼卵 サーサイ スープ(白菜・人参) 865kcal	ご飯 唐揚げ キューブマヨサラダ パイン缶 スープ(ワカメ・ゴマ) 1003kcal		ご飯 牛肉の焼肉風炒め ミックス野菜 ハムカツ スープ(節・葱) 牛乳 986kcal		
31	土	ご飯(さけ)　お弁 コンビネーションオムレツ ポテトサラダ ちぎり揚げ 五目煮豆 スープ(ｷｸﾗｹﾞ・葱) 833kcal	かき揚げ丼 グリーンサラダ 杏仁フルーツ スープ(節・コーン) 761kcal		ご飯 ハンバーグ&のびのびチーメンチ シーザーサラダ フルーツ スープ(ｷｬﾍﾞﾂ・人参) 牛乳 1123kcal		

※ 国旗が表示してあるメニューはその国の代表料理です。
世界の国の食文化を考えながら食事を提供しています。