

平成 23 年 7 月 献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	金	豚肉とこんにやくの炒め煮 目玉焼き 焼きかまチーズ ごま昆布 味噌汁	さばの照り焼き 高野豆腐の卵とじ 豚汁 すいか	えびとマカロニのグラタン風 ハーブチキンサラダ デザート
2	土	板チョコデニッシュ ハムオハシ チキンカツ ハンバーグサラダ 練キャベツ ヨーグルト コーヒー	チンジャオロース 小龍包 サラダ菜 ミトマ 中華スープ 牛乳	肉うどん (ゆかりごはん) ちくわの磯辺揚げ サラダ菜 デザート
3	日	目玉焼き オクラ納豆 しらす干し 味噌汁	ベーコンとしめじのピラフ えびカツ 練 キャベツ オレンジ コンソメスープ デザート	鶏肉の南蛮漬け 冷奴 しじみ汁 牛乳
4	月	ポークフランク サケフレーク いり卵 味噌汁	麻婆ナス ツナマヨ包み揚げ ごま団子 のりとチーズのスティック巻き サラダ菜 デザート	スパゲティボンゴレ (半ライス) マイルドステーキ レタス フォンデュース 牛乳
5	火	チーズパン 二色パン じゃが芋とベーコンのソテー ヨーグルト 紅茶	カツカレー トマトサラダ 牛乳	筑前煮 鶏肉のレモン焼き レタス トマト すまし汁 デザート
6	水	野菜炒め 焼売 味噌汁	豚肉とキャベツのごまからしあえ 高野豆腐とさつま揚げの煮物 かき玉汁 牛 乳	キムチ焼き肉丼 カニ風味サラダ 中華スープ デザート
7	木	ハムエッグ しし唐としらたきの辛煮 味噌汁	七夕☆ 七夕ソーメン (わかめごはん) ししゃもフリッター いかフリッター 七夕デザート	豚肉と小松菜のオスターソース炒め ニラ饅頭 えびトースト揚げサラダ 中華スープ 牛乳
8	金	アモントクロワッサン カレーパン チーズオムレツ レタス パナナ コーヒー	ハンバーグ カットポテト いんげんソテー 人参グラッセ コンソメスープ デザート	かれいのおろし煮 マカロニサラダ 味噌汁 すいか
9	土	とろろ芋 高野豆腐とさつま揚げの煮物 ウインナー 味噌汁	肉丼 きゅうりとわかめの和え物 味噌汁 牛乳	チャー麺 (半ライス) 春巻き サラダ菜 中華スープ デザート
10	日	ミートボール もやし炒め チーズ入りちくわ 味噌汁	はまちと大根のあら煮 鶏肉の味噌焼き レタス ミトマ 味噌汁 牛乳	牛しゃぶサラダ 野菜コロッケ 練キャベツ 味噌汁 デザート
11	月	コーンパン マカロンデニッシュ じゃが芋とウインナーのソテー ヨーグルト 紅茶	ハヤシライス コールスローサラダ ジュース	冷やし天ぷらそば (ゆかりごはん) フルーツポンチ
12	火	ツナ入りいり卵 肉団子 しそ昆布 味噌汁	鶏のから揚げ 練キャベツ トマト レモン スパゲティサラダ 味噌汁 デザート	たらのソテー (カレークリーム) フロッキー 揚げじゃが 野菜スープ ジュース
13	水	生揚げと長ねぎの味噌炒め 笹かまぼこ ウインナー 味噌汁	つけ麺 (半ライス) 焼き餃子 牛乳	豆腐ステーキ 豚肉のこはく揚げ 練キャベツ トマト 味噌汁 デザート
14	木	ウインナーパン チョコチップメロンパン 野菜ソテー ヨーグルト コーヒー	かやくごはん 焼き魚(さんまの開き) 切り干し大根の煮つけ 味噌汁 すいか	チャーハン ザー菜 ワンタンスープ 牛乳
15	金	ちくわの甘辛煮 ロースハム いり卵 味噌汁	豚カツ 練キャベツ レモン トマト ポテトサラダ 味噌汁 牛乳	スパゲティナポリタン (半ライス) レタスのシーザーサラダ フォンデュース デザート
16	土	あじの開き キャベツともやしのお浸し 味噌汁	八宝菜 キムチメンマ 杏仁豆腐	玉子丼 きゅうりとわかめの酢の物 しじみ汁 デザート
17	日	ピザトースト ゆで卵 パナナ ヨーグルト 紅茶	ひやむぎ(半ライス) もつ煮 アロエヨーグルト	カレーライス 水菜サラダ 牛乳
18	月	黒酢肉団子 もやしと緑色ザー菜のソテー 焼売 味噌汁	海の日 鮭の塩焼き 冷奴 豚汁 牛乳	牛丼 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 デザート
19	火	目玉焼き 炭火若鶏(塩ダレ) 味噌汁	豚肉の生姜焼き 練キャベツ トマト マカロニソテー 味噌汁 デザート	エビフライ (タルタルソース) レモン トマト グリーンサラダ 味噌汁 牛乳
20	水	食パン マヨネーズパン ホットポテトサラダ ヨーグルト コーヒー	冷やし中華 (わかめごはん) 白玉フルーツポンチ	鶏肉のにんにく焼き レタス トマト ポテトサラダ すまし汁 牛乳
21	木	ひじきの煮つけ ウインナー オクラの胡麻和え 味噌汁	肉じゃが いかのつば焼き レタス 味噌汁 すいか	サーモンステーキ クランチウェッジポテト ほうれん草ソテー フチクラッシュ コンソメスープ 牛乳
22	金	ベーコンエッグ ごぼうサラダ ごま昆布 味噌汁	ステーキ (和風ソース) カットポテト ほうれん草ソテー コンソメスープ デザート	ソース焼きそば (半ライス) エビチリ サラダ菜 中華スープ 牛乳
23	土	アップルデニッシュ ハンバーグカレーパン コーンとベーコンのソテー パナナ 紅茶	カレーライス 野菜サラダ ナタデココ	オムライス ハム入りサラダ オニオンスープ 牛乳
24	日	チキンのくわ焼き 笹かまぼこ しらす干し入りいり卵 味噌汁	天丼 ほうれん草のお浸し 味噌汁 デザート	スタミナ焼き 大根サラダ 中華スープ 牛乳
25	月	なめたけ 鮭の水煮 ロースハム 味噌汁	和風ハンバーグ カットポテト プチトマト ほうれん草ソテー 味噌汁 牛乳	あじの煮つけ 長いものわさび醤油 味噌汁 デザート
26	火	食パン (サントイッチ用卵、ハム、チーズ、レタス) ヨーグルト コーヒー	おろしきのこうどん (半ライス) いか唐揚げ サラダ菜 ミトマ デザート	牛カルビ焼き肉 練キャベツ トマト わかめスープ 牛乳
27	水	ポークフランク ポテトサラダ ごま昆布 味噌汁	かにチャーハン キムチメンマ 豚肉と春雨のスープ 牛乳	鶏肉の重ね焼き ほうれん草サラダ すまし汁 デザート
28	木	目玉焼き れんこん油炒め かつお梅 味噌汁	白身魚の野菜あんかけ 中華風コーンスープ デザート	肉そぼろ丼 たたききゅうり 味噌汁 牛乳
29	金	食パン ジャカハタコーンパン キャベツとウインナーのソテー パナナ 紅茶	ツナとかいわれ菜のスパゲティ (半ライス) ミートボールのスープ煮 牛乳	夏野菜と豆腐の炒め煮 手羽餃子 サラダ菜 トマト 中華スープ デザート
30	土	小松菜と油揚げの煮浸し フチハンバーグ 味噌汁	肉絲飯 ザー菜 中華スープ デザート	かやくごはん さばの塩焼き 大学芋 すまし汁 牛乳
31	日	ミートボール しらす干し ねぎ入りいり卵 味噌汁	シーフードカレー グリーンサラダ ジュース	鶏肉のねぎソース もやしナムル 味噌汁 デザート

※都合により、変更することがあります。