



令和 2 年 3 月献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	日	豚肉とこんにゃくの炒め煮 ふんわり天 サフレク 味噌汁 牛乳	ツタトマスゲテ (わかめご飯) コック 生野菜 野菜スープ デザート	さばの照り煮 厚焼き玉子 五目金平 のっぺい汁
2	月	パニラッキーパン コンパン サラダ パジメウイナー パンプキンスープ 紅茶	鶏の唐揚げ サラダ ポテトサラダ 具沢山味噌汁 デザート	焼きそば (半ライス) エビマヨ 生野菜 わかめスープ
3	火	もやしと搾菜のソテー 黒酢肉団子 ごま昆布 味噌汁 ジョア	ちらし寿司 串カツ 生野菜 すまし汁 デザート	親子丼 竜田揚げ 生野菜 味噌汁
4	水	じゃが芋のそぼろ煮 ショーロンポー なめたけ 味噌汁 牛乳	にんにくポークソテー 野菜ソテー ポテト パンソテー コンソメスープ デザート	カリカリチキン (マヨマスタード) コンソメスープ ラザーニャ ブイヨンスープ
5	木	五目ひじき 厚焼き玉子ウイナー しらす干し 牛乳	チャーハン 揚げ餃子 生野菜 中華スープ デザート	赤魚の粕漬 炊き込みご飯 加賀揚げの煮物 豚汁
6	金	食パン チョコチップメロンパン スクランブルエッグ ポロニアソーゼン パナ コーヒー	カレーライス シーザーサラダ みかんゼリー	チャーめん (半ライス) 焼き鳥 生野菜 中華スープ
7	土	白菜と豚肉の炒め煮 ビックシューマイ タマゴサラダ 味噌汁 ジョア	チキンソテー (パジメウイナー) ほうれん草ソテー ポテト コンソメスープ デザート	スタミナ焼き 大根サラダ 玉子スープ
8	日	焼き魚 五目金平 肉そぼろ 味噌汁 牛乳	チキンステーキ 水菜とツナの和え物 味噌汁 デザート	えびと豆腐の炒め煮 メンチカツ 生野菜 デザート
9	月	野菜炒め 鶏しそチーズ のり佃煮 味噌汁 ジョア	イタリアンハンバーグ 野菜サラダ ポテト スパゲティソテー スープ デザート	肉ニラ炒め ごま団子 ポテトもち 生野菜 中華スープ
10	火	青梗菜の中華炒め ねぎ塩チキン しらす干し 味噌汁 牛乳	味噌ラーメン (半ライス) 春巻 生野菜 デザート	鶏の照焼き 生野菜 大根と牛蒡天の煮物 味噌汁
11	水	フランクフルト クリームパン ミートボール キャベツとベーコンのソテー スープ 紅茶	鮭の塩焼き 野菜漬物 唐揚げ サラダ 味噌汁 デザート	肉井 なめ茸和え きんぴら汁 デザート
12	木	アスパラソテー オムレツ ごま昆布 味噌汁	ガパオライス マロニエサラダ ベーコンスープ デザート	とんかつ 生野菜 ポテトサラダ 味噌汁 デザート
13	金	焼き魚 長ねぎ入り炒り玉子 肉そぼろ 味噌汁 ジョア	カレーうどん (半ライス) いかの唐揚げ 生野菜 デザート	チキンリルズニング グリーンサラダ グラタン パンプキンスープ
14	土	鶏肉と野菜のガリハタ炒め ごぼうサラダ 味噌汁 牛乳	ビーフストロガノフ イタリアンサラダ フルーツポンチ	麻婆豆腐 イフリッター 生野菜 わかめスープ
15	日	チキンゲット コールソーサラダ つぼ漬け 味噌汁 牛乳	白身魚フライ (トマトソース) グリルチキン 生野菜 かき玉汁 デザート	肉絲飯 鶏ともやしのナムル 中華スープ
16	月	板チョコデニッシュ ジャパンパタコン マヨハンバーグ サラダ パナ コーヒー	チキンステーキ イカの酢の物 味噌汁 デザート	メンチカツ 生野菜 上海風焼きそば 具沢山味噌汁
17	火	筍と豚肉の辛味炒め サフレク 味噌汁 ジョア	ほっけの西京焼き 金時豆 肉じゃが 味噌汁 デザート	鶏肉ねぎソース 生野菜 マロニエサラダ 味噌汁
18	水	白菜とうずらの炒め煮 肉そぼろ 味噌汁	台湾井 温泉卵 ポン酢和え わかめスープ デザート	チキンカレー カラフルサラダ ナタデココ
19	木	厚揚げの味噌炒め 白玉餃子 パンプキンサラダ 味噌汁 牛乳	しめじとベーコンのピラフ フライドチキン 生野菜 スープ デザート	ホイコーロー 焼売 生野菜 中華スープ
20	金	クリームチーズパン クロワッサン オムレツ ホットポテトサラダ パナ 紅茶	クリームシチュー マイルドステーキ 生野菜 デザート	ハンバーグ ポテト 野菜ソテー スパゲティソテー スープ
21	土	鶏肉のすき焼き風煮 辛子昆布 味噌汁 ジョア	白身魚の甘酢あんかけ シルバースタック 味噌汁 デザート	ナポリタン (半ライス) ミニチキンチキン 生野菜 スープ
22	日	ほうれん草ソテー スパイン風オムレツ しらす干し 味噌汁 牛乳	肉野菜炒め 焼き餃子 生野菜 玉子スープ デザート	エビフライ 肉団子 生野菜 中華和え 味噌汁
23	月	焼き魚 大根のそぼろ煮 肉そぼろ 味噌汁 牛乳	長崎ちゃんぽん (半ライス) エビフリ 生野菜 デザート	ポークチャップ サーモンサラダ コンソメスープ デザート
24	火	豚肉のさっぱり煮 塩昆布 味噌汁 ジョア	ハヤシライス ブロッコリーサラダ ヨーグルト	さばの西京焼き 沢庵 高野豆腐の玉子とじ 味噌汁 デザート
25	水	ブルベレーテニッシュ チーズパン マロニエソテー ミートオムレツ パナ コーヒー	肉うどん (半ライス) たこの磯辺揚げ 生野菜 デザート	韓国風肉豆腐 春巻 生野菜 わかめスープ
26	木	白滝金平 チヂミ サフレク 味噌汁 牛乳	ねぎトロ井 鶏竜田揚げ 生野菜 沢煮椀 デザート	チキンソテー (トマトソース) サラダ かぼちゃぐラタン パペロンチーノ コンソメスープ デザート
27	金	オムライス 大根サラダ 肉そぼろ 味噌汁 牛乳	ベッパーフランク 生野菜 コンソメスープ	野菜のオムスター炒め 焼売 生野菜 中華スープ デザート
28	土	加哩醬炒め 里芋の唐揚げ のり佃煮 味噌汁 ジョア	鶏肉のトマトスープ煮 ミルフィーユカツ 生野菜 デザート	ポークソテー (柚子胡椒ソース) ポテト 野菜ソテー マロニエソテー スープ
29	日	もやしと豚肉のソテー 肉団子 サフレク 味噌汁 牛乳	牛肉の焼肉風 生野菜 くらげサラダ 中華スープ デザート	マグロ竜田 生野菜 じゃが芋かき玉汁 味噌汁
30	月	竹輪のキムチ炒め ごま昆布 味噌汁 牛乳	天ぷらそば (ゆかりご飯) 焼鳥 サラダ デザート	豚肉と大根の炒め煮 コック 生野菜 味噌汁
31	火	レモンパン 辛口ソーゼンパン あらびきウイナー サラダ スープ 紅茶	エスカロップ 白菜とツナのマヨ和え 味噌汁 デザート	ほうとう (わかめご飯) イカリ 生野菜 デザート

※朝食時について

朝食は、生卵、納豆・ふりかけ・味噌汁のり等を用意しており、
好みに応じて、自由に食べることが出来ます

※今月は山梨校プロデュースの献立です

※都合により変更する事があります

