



令和 3 年 1 月献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	金	だし巻き玉子 金平牛蒡 味噌汁	焼き肉風炒め 竜田揚げ 生野菜 さつま汁 デザート	鮭の南蛮漬け 春巻 生野菜 沢煮椀 デザート
2	土	筑前煮 笹かま 味噌汁 牛乳	焼きそば (ゆかりご飯) 帆立フライ 生野菜 中華スープ デザート	豚肉の生姜焼き 生野菜 大根と薩摩揚げの煮物 味噌汁
3	日	たらの西京焼き 金時豆佃煮 味噌汁 ジョア	鶏肉の照焼 生野菜 大根なます かき玉汁 デザート	五目チャーハン 焼売 生野菜 豆腐の中華スープ
4	月	竹輪のきん炒め おさつスティック 味噌汁	肉そぼろ丼 黒酢肉団子 生野菜 のっぺい汁 デザート	チキンのトマト煮 エビフライ 生野菜 杏仁豆腐
5	火	明太子入り玉子焼き 青菜の煮浸し 味噌汁 ジュース	青椒肉絲 菰饅頭 生野菜 わかめスープ デザート	ツナクリームスパゲティ (わかめごはん) ミルフィーユカツ グリーンサラダ オニオンスープ
6	水	グリルチキン 白菜の和え物 味噌汁 ジョア	カレイの唐揚げ 大根おろし 生野菜 豚の角煮 味噌汁 デザート	他人丼 海苔和え きんぴら汁
7	木	ツナオムレツ もやしと豚肉のソテー 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	中津風唐揚げ 生野菜 ポテトサラダ ごま鍋風スープ
平 8	金	フランクフルト あんパン 鶏つくねハンバーグ 生野菜 コンスープ コーヒー	塩バターラーメン (半ライス) 焼き餃子 生野菜 デザート	豚肉の香味焼き たこ焼き 生野菜 コラとカキマのスープ
9	土	加賀揚げと野菜の煮物 えび串団子 味噌汁 牛乳	タンドリーチキン 生野菜 肉じゃが 卵スープ デザート	ヒレカツ 生野菜 マカロニサラダ 具沢山味噌汁
10	日	ホワイトオムレツ あらびきウィンナー 味噌汁 牛乳	回鍋肉 肉まん 桃まん 中華スープ デザート	牛丼 たたききゅうり 豚汁
11	月	鶏肉と里芋の煮物 とろろ芋 味噌汁 ジョア	和風キノコパスタ (若菜ごはん) タコの唐揚げ 生野菜 キャベツスープ デザート	鶏肉と野菜のかりん炒め こはく揚げ 生野菜 味噌汁
安 12	火	メロンパン コーンパン キッシュ アスパラソテー パナ 紅茶	チキン南蛮 チヂミ 生野菜 味噌汁 デザート	麻婆豆腐 若鶏のしそチーズ揚げ 生野菜 寒天とベーコンのスープ
13	水	肉野菜炒め ほうろこソーセージ 味噌汁 牛乳	ビーフカレー サラダの五色サラダ みかんゼリー	イタリアンハンバーグ ほうれん草ソテー ポテト コンソメスープ
14	木	厚焼玉子 青梗菜の胡麻和え 味噌汁 牛乳	きつねもちうどん (塩昆布ごはん) 明太ポテトサラダ ロール 生野菜 デザート	きん焼肉丼 小籠包 生野菜 味噌汁
平 15	金	焼きカレーパン バニラクッキーパン ハムステーキ 和風サラダ パンプキンスープ コーヒー	油淋鶏 中華和え 豚肉と豆腐のアジアン風スープ	サバのバターしょうゆ焼き 野沢菜漬け 串カツ 生野菜 豚汁 デザート
16	土	じゃが芋の甘辛煮 きん 味噌汁 ジョア	味噌カツ 線キャベツ ひじきの煮物 すまし汁 デザート	チキンソテー (きのこソース) 生野菜 ビーフソテー 味噌汁
17	日	加里醬炒め いももち 味噌汁 牛乳	グラムチャウダー ベッパーフランク 生野菜 デザート	酢豚 棒棒鶏サラダ和え 五目スープ
18	月	若鶏のねぎ塩だれ 小松菜のお浸し 味噌汁	カレー南蛮そば (半ライス) 竹輪の磯辺揚げ 生野菜 デザート	ブリの照り煮 大根おろし ハムカツ 生野菜 鶏野菜汁 デザート
安 19	火	板チョコデニッシュ チーズパン バジルウインナー 野菜炒め コンソメスープ 紅茶	エビ塩あんかけ丼 春雨サラダ 中華スープ デザート	ジャクチキン 生野菜 牛蒡と蓮根のサラダ 味噌汁
20	水	塩鮭 中華やまくらげ 味噌汁 ヤクルト	骨なしビックチン 中華ポテト 生野菜 マカロニバジルソテー 味噌汁	ベーコンとしめじのピラフ クリームコロッケ 野菜サラダ ほうれん草とベーコンのスープ
21	木	筍と鶏肉の辛味炒め チーズ入りちくわ 味噌汁 牛乳	ポークソテー (薬味ソース) 生野菜 とり天 具沢山味噌汁 デザート	ネーと丼 ほうれん草のお浸し 具沢山味噌汁
22	金	五目炒り豆腐 里芋の唐揚げ 味噌汁	味噌ラーメン (半ライス) 海鮮エビ餃子 生野菜 デザート	豚と白菜の煮込み アジフライ 生野菜 味噌汁 デザート
平 23	土	きなこパン パナチョコパン チキンゲット コルスローサラダ スープ コーヒー	カレーライス ツナサラダ ナタデココ	ハンバーグ (ジャリアピソース) 生野菜 スパゲティサラダ コンソメスープ
24	日	華いか焼売 もやしとザーサイの和え物 味噌汁 ジョア	若鶏の香り揚げ 生野菜 小松菜の胡麻和え 具沢山味噌汁	韓国風肉豆腐 エビカツ 生野菜 味噌汁
25	月	つくねの甘辛煮 京風たまご 味噌汁	ガパオライス タコのオリーブドレ和え キャベツのスープ デザート	ほっけみりん 沢庵 なすの味噌炒め 具沢山味噌汁 デザート
26	火	豚肉のさっぱり煮 ねぎ焼き 味噌汁	ラーメン (半ライス) 揚げワンタン 生野菜 デザート	豚肉のうま塩焼き 生野菜 マヨたまサラダ ロール 生野菜 味噌汁
安 27	水	ミルククッキーパン ぶどうパン ミートオムレツ アスパラソテー クリームスープ 紅茶	ポークソテー (和風ソース) コーン ブロッコリー ポテト ミネストローネ デザート	ほうとう (わかめごはん) メンチカツ 生野菜 デザート
28	木	豚肉のすき焼き風煮 味噌汁 ジョア	鶏のマスタード焼き 生野菜 ジャーマンポテト すまし汁 デザート	牛肉とたっぷり野菜のあんかけ丼 きゅうりとツナ香味和え 中華スープ
29	金	厚揚げの味噌炒め ふんわり天 すまし汁 牛乳	あじの煮付け 辛子昆布 ささみフリッター 生野菜 かき玉汁 デザート	チキンソテー (レモンベッパーフ風味) 生野菜 蓮根のカレーマヨ和え ベーコンとポテトのスープ
30	土	たらこ 青梗菜のお浸し 味噌汁 牛乳	チキンライス エビサラダ コンソメスープ デザート	チャプチェ (半ライス) 焼売 サラダ 菜 キャベツスープ
平 31	日	チョココロネ チーズボール 肉団子 海藻サラダ 鶏野菜スープ コーヒー	ビーフシチュー 鶏竜田揚げ 彩りサラダ デザート	五目卵とじ丼 サモフライ 生野菜 味噌汁

※朝食時について

朝食は、生卵、納豆・ふりかけ・味付け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

※今月は輪島校プロデュースの献立です

