



# 令和 3 年 7 月 献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	木	豚肉とこんにゃくの炒め煮 五目玉子焼き 味噌汁 牛乳	チキンカツ 生野菜 切干大根サラダ 味噌汁 デザート	ポークソテー (ガーリックソース) 野菜ソテー ポテト コンソメスープ
2	金	筍と鶏肉の辛味炒め <b>ねぎたま焼き</b> 味噌汁 ヤクルト	<b>冷しかき揚げそば</b> (塩昆布ごはん) 焼鳥 生野菜 デザート	<b>鮭の塩焼き</b> 沢庵 肉じゃが ごま鍋風スープ
3	土	肉野菜炒め <b>厚焼玉子ウインナー</b> 味噌汁 牛乳	J-ship ライス イタリアンサラダ 白玉入りフルーツポンチ	若鶏の香り揚げ 生野菜 肉豆腐 のっぺい汁
4	日	パン チキンゲット コルスローサラダ キウイ 紅茶	<b>牛肉と野菜のあんかけ丼</b> 焼餃子 生野菜 味噌汁 デザート	とんかつ 生野菜 <b>ペンネソテー かき玉汁</b>
5	月	<b>オムレツ</b> 小松菜のお浸し 味噌汁 牛乳	<b>ほっけの西京焼き</b> 野菜漬 <b>塩焼きそば</b> 沢煮椀 デザート	チキン南蛮 生野菜 加賀揚げの煮物 具沢山味噌汁
6	火	豚肉のさっぱり煮 焼売 味噌汁 ジョア	カレーピラフ <b>エビカツ</b> 生野菜 野菜スープ	トンテキ 生野菜 ポテト マニッシュ ほうれん草とベーコンのスープ
7	水	巾着と野菜の煮物 肉団子 味噌汁 牛乳	<b>七夕そうめん</b> (わかめご飯) 唐揚げ 生野菜 デザート	ブルコギ <b>肉と野菜の和え物</b> 生野菜 中華スープ
8	木	パン ミニチキン 野菜ソテー パナ コーヒー	豚肉のうま塩焼き ひすい餃子 生野菜 味噌汁 デザート	<b>エビフライ</b> ウインナー 生野菜 ジャーマンポテト プイヨンスープ
9	金	竹輪の磯辺天 白菜と揚げの辛子和え 味噌汁 ジョア	<b>サラダうどん</b> (ゆかりご飯) 焼鳥 生野菜 デザート	豚肉と野菜の韓国風炒め くらげサラダ わかめスープ デザート
10	土	もやしと豚肉のソテー <b>チヂミ</b> 味噌汁 牛乳	鶏の胡麻照焼き 生野菜 オレンジ ポテトサラダ 豚汁 デザート	<b>魚介のラグー丼</b> メンチカツ 生野菜 味噌汁
11	日	ピーマンの肉詰めフライ キャベツの胡麻和え 味噌汁 牛乳	ホイコーロー ショーロンポア 生野菜 豆腐の中華スープ デザート	キーマカレー シーザーサラダ 杏仁豆腐
12	月	豚肉のすき焼き風煮 味噌汁 ジョア	<b>さばのソテー</b> (レモンソース) フリットチキン 生野菜 豚汁 デザート	<b>ペペロンチーノ</b> (若菜ごはん) 芋とウインナーのマスタード和え スープ デザート
13	火	パン <b>キッシュ</b> アスパラソテー パナ 紅茶	イタリアンハンバーグ 生野菜 ポテト 野菜スープ デザート	鶏肉の中華香味ダレ 生野菜 ひじきサラダ 豚肉と豆腐のアジアン風スープ
14	水	筑前煮 <b>お好み揚げ</b> 味噌汁 牛乳	豚肉の塩麹焼き 生野菜 おかか和え 具沢山味噌汁 デザート	ビーフストロガノフ チーズサラダ フルーツヨーグルト
15	木	五目ひじき はさみ揚げ 味噌汁 ジョア	<b>中華丼</b> ごま団子 いももち <b>エビ団子</b> 生野菜 中華スープ デザート	チキンソテー (レモンソース) 生野菜 りんご マカロニボロネーゼ風 スープ
16	金	じゃが芋の甘辛煮 串カツ 味噌汁 牛乳	<b>オムライス</b> チーズウインナー 生野菜 スープ デザート	<b>赤魚の粕漬</b> しぼ漬 竜田揚げ 生野菜 けんちん汁
17	土	パン 肉団子 サラダ パナ コーヒー	チキンソテー(トマトソース) 温野菜 グラタン コンソメスープ デザート	豚肉と野菜のオイスター炒め 焼売 生野菜 五目スープ デザート
18	日	<b>厚焼玉子かに風味</b> キャベツと揚げの煮浸し 味噌汁 牛乳	<b>ねぎ塩豚カルビ丼</b> 中華和え 味噌汁 デザート	<b>焼きうどん</b> (半ライス) <b>イカチリ</b> 生野菜 味噌汁
19	月	鶏肉と里芋の煮物 アスパラベーコン巻き 味噌汁 ジョア	ヒレカツ 生野菜 <b>タラモサラダ</b> 鶏野菜汁 デザート	ハンバーグ(味噌ソース) 野菜ソテー ポテト すまし汁 デザート
20	火	<b>焼き魚</b> 塩野菜炒め 味噌汁	鶏肉のカレーあんかけ 生野菜 春雨サラダ <b>玉子スープ</b> デザート	<b>トマトスパゲティ</b> (わかめご飯) <b>肉のオリーブオイル和え</b> スープ デザート
21	水	若鶏の煮込み いんげんソテー 味噌汁 牛乳	<b>焼鮭の南蛮漬</b> コロッケ 生野菜 味噌汁 デザート	<b>キムチ焼肉丼</b> 大根サラダ わかめスープ
22	木	パン ホットプレートサラダ <b>オムレツ</b> パナ 紅茶	<b>冷し中華</b> (塩昆布ごはん) 焼売 生野菜 デザート	鶏の唐揚げ 生野菜 <b>マニッシュ</b> 味噌汁 デザート
23	金	チキンのオープン焼き 大根そぼろ煮 味噌汁 ジョア	ポークソテー (柚子胡椒ソース) ブロッコリー コーン ポテト 味噌汁 デザート	ナシゴレン ブランクフルト 生野菜 スープ デザート
24	土	ふんわり天 筑前煮 味噌汁	<b>牛丼</b> <b>キムチ和え</b> 味噌汁 デザート	鶏の味噌焼き 生野菜 五目金平 すまし汁 デザート
25	日	チーズハンバーグ キャベツベーコンソテー 味噌汁 牛乳	豚の生姜焼き 生野菜 <b>かまぼこ</b> 味噌汁 デザート	麻婆豆腐 <b>エビマヨ</b> 生野菜 中華スープ
26	月	パン <b>スパイ風お好み</b> サラダ キウイ コーヒー	<b>ナポリタン</b> (若菜ごはん) ツナコンサラダ ポテトスープ デザート	チキンソテー (ジャリピンソース) ほうれん草ソテー グラタン 具沢山味噌汁
27	火	厚揚げの味噌炒め <b>京風玉子</b> すまし汁 ジョア	カレーライス カラフルサラダ フルーツポンチ	十和田バラ焼 わさび和え 味噌汁
28	水	<b>白菜とうずらの炒め煮</b> <b>エビ串団子</b> 味噌汁 牛乳	ポークチャップ炒め 生野菜 <b>サーモン</b> 和え ベーコンスープ デザート	<b>白身魚の野菜あんかけ</b> ミートボール 生野菜 <b>中華風コンソメスープ</b>
29	火	鶏と野菜のガリハタ炒め 味噌汁 牛乳	<b>えびレタスチャーハン</b> 春巻 生野菜 豚肉と大根のスープ デザート	すき焼き 胡瓜とハムの辛子和え 具沢山味噌汁
30	水	パン グリルチキン レタスサラダ パナ 紅茶	<b>ロコモコ丼</b> ブロッコリーサラダ コンソメスープ デザート	<b>さばの塩焼き</b> ごま昆布 ウインナーチャップ炒め きんぴら汁 デザート
31	木	<b>だし巻き玉子</b> 青梗菜の中華炒め 味噌汁 ジョア	<b>冷し担々麺</b> (半ライス) 蒸し餃子 生野菜 デザート	豚肉の香味焼き <b>たこ焼き</b> 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

※今月は石川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

