



# 令和 4年3月献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	火	筍と豚肉の辛味炒め おさつスック 味噌汁	チャーハン 点心 生野菜 中華スープ デザート	さばのメン焼き 生野菜 焼きビーフン 坦々胡麻鍋スープ デザート
2	水	五目ひじき 厚焼玉子ウインナー 味噌汁 牛乳	チキンソテー (パプリカソース) 生野菜 蓮根サラダ コンソメスープ デザート	麻婆豆腐 中華和え 生野菜 中華スープ
3	木	パン 煮込みハンバーグ キャベツソテー キウイ 紅茶	ちらし寿司 ごま手羽 生野菜 沢煮椀 デザート	ひれかつ 生野菜 ミトマ かぼちゃサラダ 具沢山味噌汁
4	金	厚揚げの味噌炒め 包み焼き すまし汁 牛乳	豚骨ラーメン (半ライス) 焼餃子 生野菜 デザート	牛カルビ焼肉 生野菜 棒棒鶏 味噌汁
5	土	ほっけみりん 小松菜の和え物 味噌汁 ショア	ハンバーグ (和風キノコソース) 野菜ソテー グラタン 野菜スープ デザート	パペロンチーノ (若菜ご飯) コロッケ 生野菜 コンソメスープ デザート
6	日	もやしと搾菜のソテー ねぎやき 味噌汁 ショア	カッカレー シーザーサラダ 白玉入りフルーツポンチ	鶏の照焼き 生野菜 巾着の煮物 具沢山味噌汁
7	月	パン ミニチキン スクランブルエッグ パナ コーヒー	たぬきそば (塩昆布ご飯) つくね 生野菜 デザート	韓国風肉豆腐 春巻 生野菜 デザート
8	火	じゃがいもの甘辛煮 ショーロンポー 味噌汁 牛乳	ガパオライス マニースラダ コンソメスープ	鶏の唐揚げ 生野菜 レンジ 汁と水菜の和え物 味噌汁
9	水	蓮根の炒め煮 はんぺんフライ 味噌汁 牛乳	鮭の塩焼き 沢庵 筑前煮 寄せ鍋風スープ デザート	肉井 青菜のお浸し 味噌汁 デザート
10	木	パン ポロアソセージ 水菜サラダ クリームスープ 紅茶	カレーうどん (半ライス) 豆腐炒め 生野菜 デザート	ブルギ 白玉キョウザ 華包み 生野菜 中華スープ
11	金	豚肉と蒟蒻の炒め煮 ふんわり天 味噌汁	チキンステーキ丼 なめたけ和え 味噌汁 デザート	あじみりん付け つぼ漬け 肉じゃが ごま鍋風スープ デザート
12	土	加賀揚げの煮物 京風玉子 味噌汁 牛乳	牛肉ときのこのソテー ハムサラダ フルーツヨーグルト	肉野菜炒め 点心 生野菜 中華スープ
13	日	オムスター炒め お好み焼き 味噌汁 ショア	トテキ 線キャベツ りんご ポテトサラダ 具沢山味噌汁 デザート	しめじとベーコンのピラフ あぶり焼きチキン 生野菜 コンソメスープ
14	月	パン キッシュ カラフルサラダ パナ コーヒー	明太子パゲティ (若菜ご飯) ミルフィーユカツ 生野菜 コンソメスープ デザート	スタミ焼き 大根サラダ 味噌汁 デザート
15	火	豚肉のさっぱり煮 チーズ入り竹輪 味噌汁	チキンリルズソース 生野菜 マリネ オニオンスープ デザート	さばの照り煮 野沢菜漬け 五目金平 鶏野菜汁 デザート
16	水	豆腐ハンバーグ アスパラソテー 味噌汁 牛乳	ルーロー飯 海老と春雨のサラダ アジアン風スープ デザート	焼きそば (ゆかりご飯) 肉団子 生野菜 中華スープ
17	木	白滝金平 彩りしんじょ 味噌汁	豚の生姜焼き 生野菜 ごぼうのごまマヨ和え 味噌汁 デザート	ハヤシライス コールスローサラダ みかんゼリー
18	金	青梗菜の中華炒め 菰饅頭 味噌汁 ショア	にゅうめん (塩昆布ごはん) 磯辺揚げ 生野菜 デザート	豚肉のうま塩焼き 香味和え 味噌汁 デザート
19	土	パン 肉詰めフライ レタスサラダ レンジ 紅茶	肉ニラ炒め 中華豆腐 わかめスープ デザート	オムライス チモンサラダ コンソメスープ
20	日	マダラ西京焼き 白菜の炒め煮 すまし汁 牛乳	肉そぼろ丼 キムチ和え 味噌汁 デザート	豚の南蛮焼き 生野菜 ひじきの中華炒め 味噌汁
21	月	鶏野菜炒め ウインナー 味噌汁 牛乳	八宝菜 焼売 生野菜 中華スープ デザート	ハンバーグ (薬味ソース) 野菜ソテー ポテト マカロニソテー コンソメスープ
22	火	パン スペイン風オムレツ ホルン草ソテー パナ コーヒー	塩バターコンソメメン (半ライス) 焼き餃子 生野菜 デザート	鶏のトマトソース煮 肉詰めフライ 生野菜 デザート
23	水	豚肉のすき焼き風煮 肉団子 味噌汁	韓国風甘辛チキン 生野菜 シルバースラダ 味噌汁 デザート	ほっけの麴漬け しば漬 炊き込みご飯 柳川風煮 のっぺい汁 デザート
24	木	鶏肉のかりかた炒め 味噌汁	白菜と豚肉の煮込み メンチカツ 生野菜 デザート	ナポリタン (わかめご飯) コンソメスープ デザート
25	金	パン アスパラベーコン巻き タマゴサラダ パナ 紅茶	しらす丼 わさび和え 豚汁 デザート	酢鶏 ナムル 中華スープ
26	土	竹輪と野菜の煮物 チキンオーブン焼き 味噌汁 牛乳	ポークソテー (ガーリックソース) 生野菜 ミトマ ペンネソテー コンソメスープ デザート	焼肉炒め ザーサイ和え 具沢山味噌汁
27	日	もやしと豚肉のソテー ちぢみ 味噌汁	煮かつ わさび和え 味噌汁 デザート	チキンクリームチュー ハムステーキ 生野菜 デザート
28	月	ごぼうの甘辛煮 串カツ 味噌汁 牛乳	カレーピラフ 温泉玉子 カレードレ和え 野菜スープ デザート	肉絲飯 くらげサラダ 中華スープ
29	火	パン ジャーマンポテト ミートボール パナ コーヒー	ヤングコーンの炒め物 中華まん 生野菜 中華スープ デザート	マカロニの味噌漬け 厚焼玉子 ウインナーキャップ炒め けんちん汁 デザート
30	水	白菜と薩摩揚げの煮物 野菜ミンチ巻 味噌汁 牛乳	肉うどん (若菜ご飯) 知唐揚げ 生野菜 デザート	鶏の五目あんかけ 生野菜 切干大根サラダ 野菜スープ
31	木	茄子と挽肉の味噌炒め 厚巻玉子風味 すまし汁 牛乳	すき焼き ごま和え 味噌汁 デザート	キムチ焼肉丼 海藻サラダ 具沢山味噌汁

※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