

# 令和 4年 10月 献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	土	肉野菜塩炒め 焼売 味噌汁	若鶏の香り醤油揚げ 生野菜 焼きビーフン 酸辣湯 デザート	ビーフチュー コンサダグ フルーツポンチ
2	日	もち巾着の煮物 ねぎ間串 味噌汁 牛乳	豚肉と野菜の韓国風炒め 中華和え わかめスープ デザート	エビフライ ハムステーキ 生野菜 マカロニソー オオンスープ
3	月	もやしと搾菜のソテー 肉団子 味噌汁	鮭の塩焼き つぼ漬け 五目玉子とじ 沢煮椀 デザート	牛丼 青菜のお浸し 味噌汁 デザート
4	火	パン 照焼チキン レタスサラダ バナ 紅茶	醤油ラーメン(半ライス) 焼餃子 生野菜 デザート	ひれかつ 生野菜 ブロッコリーとハムのマヨ和え 具沢山味噌汁
5	水	豚肉と筍の辛味炒め 京風玉子 味噌汁 牛乳	豚のおろし煮 生野菜 牛蒡とベーコンのソテー 味噌汁 デザート	チキンチャップ 生野菜 オレンジ スパゲティサラダ 野菜スープ
6	木	すき焼き風煮 味噌汁 ショア	肉そぼろ丼 汁と水菜の和え物 味噌汁 デザート	ちやーめん(半ライス) 点心 生野菜 中華スープ
7	金	ひじきの煮物 彩しんじょ 味噌汁	チキンソテー(ジンジャーソース) 野菜ソテー パンポ キンサダグ コンソメスープ デザート	スタミナ炒め 枝豆サラダ 具沢山味噌汁 デザート
8	土	パン チーズオムレツ キャベツとベーコンソテー バナ コーヒー	航空祭 ハンバーグ ハムサラダ デザート	チキン南蛮 生野菜 切干大根の煮物 味噌汁 デザート
9	日	里芋のそぼろあん フォリソ 味噌汁	航空祭 肉丼 なめたけ和え 味噌汁 デザート	ハンバーグ(ジャリアソース) 野菜ソテー ホト コンソメスープ デザート
10	月	胡麻和え 焼鳥 味噌汁	航空祭 ビーフカレー カラフルサラダ デザート	しめじとベーコンのピラフ サラダロール 生野菜 野菜スープ デザート
11	火	豚肉のさっぱり煮 チーズ入り竹輪 味噌汁	たぬきうどん(わかめご飯) つくね 生野菜 デザート	鶏の胡麻照焼き 生野菜 加賀揚げの煮物 味噌汁 デザート
12	水	鶏と野菜のかりはた炒め オムレツ 味噌汁 牛乳	ほっけの麴焼き 沢庵 肉じゃが 鶏野菜汁 デザート	麻婆豆腐 点心 生野菜 中華スープ
13	木	パン ほうれん草グラタン 野菜サラダ バナ 紅茶	鶏のトマトソース煮 シルフィークツ 生野菜 デザート	豚の生姜焼き 生野菜 オリーブドレ和え 味噌汁 デザート
14	金	中華炒め 菰饅頭 味噌汁 牛乳	キムチ焼肉丼 大根サラダ 具沢山味噌汁 デザート	和風キノコスパゲティ(ゆかりご飯) グリルチキン 生野菜 コンソメスープ
15	土	もやしと竹輪の炒め煮 シン巻 味噌汁	すき焼き ポン酢和え 味噌汁 デザート	チャーハン イカヨ 生野菜 コウの中華スープ デザート
16	日	青菜と揚げの和え物 豆腐ハンバーグ 味噌汁 牛乳	豚肉の香味炒め 点心 生野菜 中華スープ デザート	チキンソテー(ピザ風ソース) 生野菜 りんご ジャーマンホト コンソメスープ
17	月	豚肉と蒟蒻の炒め煮 大学芋 味噌汁	あんかけかしわそば(わかめご飯) 磯辺揚げ 生野菜 デザート	肉コウ炒め 中華豆腐 五目スープ デザート
18	火	パン スクランブルエッグ ウィンナーソテー バナ コーヒー	ガーリックライス 蓮根とブロッコリーのサラダ コンソメスープ デザート	さばの塩焼き 野沢菜漬け 豚の角煮 のっぺい汁 デザート
19	水	里芋と鶏肉の煮物 アスパラベーコン巻 味噌汁 ショア	豚肉の西京焼き 生野菜 佃と枝豆のキムチ和え ごま鍋スープ デザート	チンジャオロース 点心 生野菜 中華スープ
20	木	加理醬炒め 焼き魚 味噌汁	ロコモ風丼 マネ オオンスープ デザート	豚肉と白菜の炒め煮 メンチカツ 生野菜 デザート
21	金	つくねの甘辛煮 包み焼き 味噌汁 牛乳	塩ラーメン(半ライス) 焼売 生野菜 デザート	鶏の唐揚げ 生野菜 ミトマト ホトサラダ 味噌汁
22	土	パン コンビニションオムレツ 野菜ソテー オレンジ 紅茶	韓国風肉豆腐 たこ焼き 生野菜 味噌汁 デザート	トテキ 生野菜 ごぼう天の煮物 具沢山味噌汁 デザート
23	日	小松菜のお浸し 串カツ 味噌汁	ねぎ塩豚カルビ 生野菜 春雨サラダ 味噌汁 デザート	カルボナーラ(ゆかりご飯) あぶり焼きチキン 生野菜 コンソメスープ
24	月	厚揚げの味噌炒め レモンウィナー 味噌汁 牛乳	炊き込みご飯 赤魚粕漬け ごま昆布 筑前煮 豚汁 デザート	牛肉とたっぷり野菜のあんかけ丼 サイサイ和え 味噌汁
25	火	肉野菜炒め 玉子焼き 味噌汁	きつねもちうどん(塩昆布ご飯) 肉団子 生野菜 デザート	鶏の塩麹焼き 生野菜 ごぼうサラダ 豚肉と大根のスープ デザート
26	水	パン ミニチキン ホウレン草ソテー スープ コーヒー	カツカレー イタリアンサラダ フルーツヨーグルト	十和田バラ焼き 辛子和え 味噌汁 デザート
27	木	蓮根の炒め煮 ささかま 味噌汁 牛乳	チキンリルズスニグ 生野菜 チモンサラダ和え コンソメスープ デザート	酢豚 点心 生野菜 中華スープ
28	金	大根のそぼろ煮 厚巻き玉子煎風味 味噌汁	担々麺(半ライス) 春巻 生野菜 デザート	クリームチュー あらびきフランク 生野菜 デザート
29	土	パン チーズハンバーグ コルソサラダ バナ 紅茶	ポークソテー(ガーリックソース) 野菜ソテー グラタン コンソメスープ デザート	ブルギ くらげ和え 寒天とベーコンのスープ
30	日	竹輪と野菜の煮物 ホロアソーセージ 味噌汁 ショア	焼肉炒め 海藻サラダ 味噌汁 デザート	油淋鶏 生野菜 ひじきの中華ソテー アジアン風スープ
31	月	オムスター炒め ショーロンポー 味噌汁	オムライス かぼちゃコロッケ 生野菜 スープ デザート	ぶりの照り煮 高菜油炒め 五目金平 揚げ鍋風スープ デザート

※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

