

# 令和 5 年 5 月 献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	月	さつま揚げと野菜の煮物 照焼チキン 味噌汁	ガーリックライス カニカマサラダ コンソメスープ デザート	豚肉の柚子胡椒炒め 生野菜 ごぼうの胡麻味噌和え 味噌汁 デザート
2	火	パン ウインナー コルスローサラダ パナ コーヒー	豆腐揚げ鍋風 春巻 生野菜 デザート	鶏肉のチーズ焼き 生野菜 パンソテー ミネストローネ
3	水	いんげんと豚肉のソテー 彩しんじょ 味噌汁 牛乳	親子丼 ボン酢和え 味噌汁 デザート	とんかつ 生野菜 ジャーマンポテト 寄せ鍋風スープ
4	木	白滝金平 ハーブチキン 味噌汁	スタミナ炒め 春雨サラダ 中華スープ デザート	ビーフストロガノフ コンサラダ みかんゼリー
5	金	ひじきの煮物 ショーロンポー 味噌汁 ショア	ペペロンチノ(ゆかりご飯) 肉詰めフライ 生野菜 オムライス デザート	豚肉の塩麹焼き 生野菜 五目金平 味噌汁
6	土	パン ミートボール 野菜ソテー パナ コーヒー	チキンソテー(ジンジャーソース) 生野菜 かぼちゃサラダ 味噌汁 デザート	えびレタスチャーハン 点心 生野菜 中華スープ デザート
7	日	厚揚げの味噌炒め アスパラベーコン巻 すまし汁 ヨーグルト	チンジャオロース キムチ和え 中華スープ デザート	肉井 青菜のお浸し 味噌汁
8	月	牛蒡の甘辛煮 そぼろあん包み 味噌汁	さんまの塩焼き 野沢菜漬け 筑前煮 具沢山味噌汁 デザート	焼肉炒め 海藻サラダ 五目スープ デザート
9	火	白菜とうずらの卵の炒め煮 つくね 味噌汁 牛乳	ラーメン(半ライス) 焼売 生野菜 デザート	チキン南蛮 生野菜 切干大根の煮物 味噌汁
10	水	パン 煮込みハンバーグ 料理草ソテー パナ コーヒー	チキンカレー コルスローサラダ フルーツポンチ	麻婆豆腐 中華和え 中華スープ デザート
11	木	信田煮 チョリソ 味噌汁 牛乳	ねぎ塩豚カルビ 天ぷら 生野菜 味噌汁	ジャクチキン 野菜ソテー りんご マカロニサラダ コンソメスープ
12	金	野菜の塩炒め ちぢみ 味噌汁	高校総体	鯖の西京焼き しば漬け 豚の角煮 けんちん汁 デザート
13	土	豚肉のさっぱり煮 チーズ入り竹輪 味噌汁	チキンチャップ 生野菜 蓮根サラダ コンソメスープ デザート	焼きそば(わかめご飯) 肉団子 生野菜 中華スープ デザート
14	日	パン ペッパーホーロー レタスサラダ パナ コーヒー	トンテキ 生野菜 加賀揚げの煮物 味噌汁 デザート	パエリア コロッケ 生野菜 野菜スープ
15	月	肉豆腐 玉子焼き 味噌汁 ショア	おぼけそば(若菜ご飯) 焼鳥 生野菜 デザート	肉絲飯 ナムル 中華スープ
16	火	じゃが芋の甘辛煮 ミチキン 味噌汁	焼鮭の南蛮漬け 冷奴 豚汁 デザート	十和田バラ焼き 辛子和え すまし汁 デザート
17	水	オムライス炒め 黒酢肉団子 味噌汁	ビビンパ 温泉玉子 わかめスープ デザート	鶏のトマト煮 ミルフィーユカツ 生野菜 デザート
18	木	パン レモンウインナー カラフルサラダ スープ コーヒー	鶏の胡麻照焼き 生野菜 海老の塩麹和え 味噌汁 デザート	豚肉の香味炒め 点心 生野菜 中華スープ
19	金	つくねの甘辛煮 オムライス 味噌汁	肉うどん(塩昆布ご飯) 磯辺揚げ 生野菜 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 スープ デザート
20	土	鶏と筍の辛味炒め 焼き魚 味噌汁 牛乳	ハンバーグ ハムサラダ 白玉入りフルーツポンチ	ポークソテー(和風おろしソース) 生野菜 ミトマト ポテトサラダ 味噌汁
21	日	茄子と挽肉の味噌炒め 焼売 すまし汁 牛乳	鶏の唐揚げ 生野菜 焼きビーフン 酸辣湯 デザート	牛井 なめたけ和え 味噌汁
22	月	白菜の炒め煮 ささかま 味噌汁	塩ラーメン(半ライス) 焼餃子 生野菜 デザート	赤魚の粕漬け ごま昆布 肉豆腐 のっぺい汁 デザート
23	火	パン チキンオープン焼き キャベツソテー パナ コーヒー	ちらし寿司 しそチーズカツ 生野菜 すまし汁 デザート	ハンバーグ(ジャリアピソース) 温野菜 グラタン コンソメスープ
24	水	がんもの煮物 シチ巻き 味噌汁	肉そぼろ丼 くらげ和え 味噌汁 デザート	豚キムチ炒め シルバーサラダ 中華スープ
25	木	豚肉と野菜のかりん粉炒め 味噌汁	あじの煮付け つぼ漬け 五目玉子とじ ごま鍋風スープ デザート	クリームシチュー フランクフルト 生野菜 デザート
26	金	ごぼうとベーコンのソテー ポテトチキンロール 味噌汁	かき揚げそば(わかめご飯) つくね 生野菜 デザート	回鍋肉 点心 生野菜 中華スープ デザート
27	土	パン キッシュ アスパラソテー パナ コーヒー	肉ニラ炒め 棒棒鶏 中華スープ デザート	デミタツ丼 マリネ 味噌汁
28	日	里芋のそぼろあんかけ 豆腐ハンバーグ 味噌汁 ショア	すき焼き わさび和え 味噌汁 デザート	和風きのこスパゲティ(ゆかりご飯) グリルチキン 生野菜 オレンジ コンソメスープ
29	月	もやしと竹輪のソテー 菰饅頭 味噌汁	豚肉の生姜焼き 生野菜 オリーブオイル和え 味噌汁 デザート	オムライス アヒージョ風 野菜スープ デザート
30	火	豚肉と蒟蒻の炒め煮 金平包み焼き 味噌汁 牛乳	五目うどん(塩昆布ご飯) はんぺんチーズフライ 生野菜 デザート	ブルキ ザンザイ和え 肉団子スープ
31	水	小松菜のお浸し 鶏のピカタ 味噌汁	ビーフカレー イタリアンサラダ アロエヨーグルト	まだらみりん 沢庵 肉じゃが 具沢山味噌汁 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

※今月は千歳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

