



令和 5 年 10 月 献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	日	平パン 目玉焼き 野菜ソテー バナ コーヒー	鶏肉の西京焼き 生野菜 ごぼう天の煮物 けんちん汁 デザート	焼きそば(ゆかりご飯) 焼売 生野菜 中華スープ
2	月	里芋のそぼろあん 金平包み焼き 味噌汁	ねぎ塩豚カルビ 生野菜 棒棒鶏 味噌汁 デザート	エビフライ ハムステーキ 生野菜 マカロニソテー コンソメスープ デザート
3	火	加理醬炒め ささかま 味噌汁 牛乳	赤魚の粕漬け つぼ漬け 五目玉子とじ ごま鍋風スープ デザート	牛丼 辛子和え 味噌汁
4	水	筑前煮 アスパラベーコン巻 味噌汁 ショア	かき揚げそば(若菜ご飯) つくね 生野菜 デザート	回鍋肉 シルバーサラダ 中華スープ
5	木	安パン 煮込みハンバーグ コンサラダ バナ コーヒー	キノコ(ホリトソース) 生野菜 蓮根サラダ コンソメスープ デザート	すき焼き 青菜のお浸し 味噌汁 デザート
6	金	野菜炒め ミチキン 味噌汁 牛乳	肉そぼろ丼 ポン酢和え 味噌汁 デザート	チャーハン 点心 生野菜 中華スープ
7	土	切干大根の煮物 ミートボール 味噌汁	ひれかつ 生野菜 五目ひじき 味噌汁 デザート	和風スパゲティ(わかめご飯) グリルチキン 生野菜 コンソメスープ デザート
8	日	厚揚げの味噌炒め レモンソテー 味噌汁	豚の生姜焼き 生野菜 かぼちゃサラダ 味噌汁 デザート	ビーフカレー カラフルサラダ フルーツヨーグルト
9	月	加賀揚げの煮物 京風玉子 味噌汁 牛乳	十和田バラ焼き 胡麻和え 味噌汁 デザート	油淋鶏 生野菜 焼きビーフン アジアン風スープ
10	火	蓮根ソテー ハッピーホロニア 味噌汁	あんかけかしわうどん(塩昆布ご飯) 知唐揚げ 生野菜 デザート	キムチ焼肉丼 枝豆サラダ 味噌汁 デザート
11	水	平パン コンビネーションオムレツ アスパラソテー バナ コーヒー	豚肉のおろし煮 生野菜 ツナと水菜の和え物 味噌汁 デザート	牛肉と野菜のオムスター炒め くらげサラダ 寒天スープ
12	木	青菜と揚げの和え物 照焼チキン 味噌汁	ピピンハ 温泉玉子 わかめスープ デザート	ほっけ麩焼き 沢庵 肉じゃが 具沢山味噌汁 デザート
13	金	大根の煮物 ウィンナー 味噌汁	味噌ラーメン(半ライス) 焼餃子 生野菜 デザート	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
14	土	豚と筍の辛味炒め 玉子焼き 味噌汁 ショア	ハヤシライス ハムサラダ 白玉入りフルーツポンチ	海老天丼 わさび和え さつま汁
15	日	じゃがいもの甘辛煮 つくね 味噌汁 牛乳	キノコ(レモンハッピー) 生野菜 牛蒡とベーコンのソテー 野菜スープ デザート	豚肉の柚子胡椒炒め 生野菜 ミトマト スパゲティサラダ 味噌汁
16	月	もやしと豚肉の炒め煮 焼売 味噌汁	きつねもちそば(わかめご飯) しそチーズカツ 生野菜 デザート	カレーライス フランクフルト 生野菜 コンソメスープ デザート
17	火	安パン キッシュ カラフルサラダ バナ コーヒー	鮭の塩焼き 野沢菜漬け 豚と大根の煮物 具沢山味噌汁 デザート	麻婆豆腐 中華まん 生野菜 中華スープ デザート
18	水	信田煮 ミチキン 味噌汁 牛乳	ポークチャップ炒め 生野菜 マリネ コンソメスープ デザート	鶏の唐揚げ 生野菜 りんご ジャーマンポテト 味噌汁
19	木	白滝金平 厚巻玉子加風味 味噌汁 ショア	焼鳥丼 おかか和え すまし汁 デザート	焼きうどん(若菜ご飯) 肉団子 生野菜 味噌汁
20	金	野菜炒め ポテトチキンロール 味噌汁	ポークソテー(ジャリビソース) 生野菜 切干大根サラダ 味噌汁 デザート	ビーフストロガノフ イタリアンサラダ フルーツポンチ
21	土	平パン スパイン風オムレツ レタスサラダ バナ コーヒー	ブルコキ カブ 生野菜 中華スープ デザート	和風ハンバーグ 温野菜 ペンネソテー コンソメスープ デザート
22	日	豚肉のさっぱり煮 チョリソー 味噌汁 牛乳	ジャークチキン 生野菜 ポテトサラダ 野菜スープ デザート	牛肉とたっぷり野菜のあんかけ丼 中華和え 中華スープ
23	月	もやしと搾菜のソテー 黒酢肉団子 味噌汁	肉うどん(塩昆布ご飯) 磯辺揚げ 生野菜 デザート	オムライス エビとポロコリーのサラダ コンソメスープ デザート
24	火	そぼろ炒め 豆腐ハンバーグ 味噌汁	塩かき しば漬け 炒り鶏 具沢山味噌汁 デザート	スタミナ炒め 海藻サラダ 五目スープ デザート
25	水	安パン グラタン ウィンナーソテー バナ コーヒー	他人丼 なめたけ和え 味噌汁 デザート	ペペロンチーノ(わかめご飯) コロッケ 生野菜 コンソメスープ
26	木	すき焼き風煮 味噌汁 ヨーグルト	キノコ(カリバタソース) 生野菜 オリーブドレ和え コンソメスープ デザート	豚肉の香味炒め オレンジ 春雨サラダ 中華スープ
27	金	ほうれん草ソテー 鶏のピカタ 味噌汁	塩ラーメン(半ライス) 水餃子 生野菜 デザート	ビーフステーキ 肉詰めフライ 生野菜 デザート
28	土	竹輪と野菜の煮物 そぼろあん包み 味噌汁 ショア	焼肉炒め ごぼうサラダ 味噌汁 デザート	豚肉のネーソース 生野菜 ザンザイ和え 坦々鍋風スープ
29	日	つくねの甘辛煮 チーズ入り竹輪 味噌汁	八宝菜 春巻 生野菜 中華スープ 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
30	月	平パン キノコオープン焼き 野菜ソテー スープ コーヒー	カレーライス グリーンサラダ ナタデココ	まだら西京焼き 高菜油炒め 肉豆腐 のっぺい汁 デザート
31	火	豚肉と蒟蒻の炒め煮 肉団子 味噌汁	ツナトマトスパゲティ(ゆかりご飯) フライドチキン 生野菜 スープ デザート	肉野菜炒め キムチ和え かき玉汁 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

※今月は輪島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

