

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	火	そばろ炒め ショーパン 味噌汁 ショア	冷しきつねそば(塩昆布ご飯) 焼鳥 生野菜 デザート	ルーローハン いと野菜の和え物 アジアン風スープ
2	水	パン グリーンサラダ コールローサラダ パナ コーヒー	鮭の塩焼き ごま昆布 豚と大根の煮物 具沢山味噌汁 デザート	牛カルビ焼肉 スパゲティサラダ 野菜スープ デザート
3	木	厚揚げの味噌炒め つくね すまし汁	肉糸飯 五目ナムル 水餃子スープ デザート	鶏のトマト煮 マヨたまカツ 生野菜 デザート
4	金	キャベツと鶏のバター醤油炒め 金平包み焼き 味噌汁 牛乳	冷しきつねうどん(半ライス) 春巻 生野菜 デザート	トテキ 生野菜 蓮根サラダ 具沢山味噌汁
5	土	パン レモンインナー アスパラソテー パナ コーヒー	ハンライ グリーンサラダ フルーツポンチ	麻婆豆腐 中華まん 生野菜 中華スープ
6	日	大根と竹輪の煮物 豆腐ハンバーグ 味噌汁 ショア	ひれかつ 生野菜 菜種和え 味噌汁 デザート	ポプリタン(五目ご飯) あぶり焼きチキン 生野菜 コンソメスープ
7	月	白菜の炒め煮 シチ巻 味噌汁	チキンステーキ(甘酢タルタルソース) 生野菜 搾菜サラダ 味噌汁 デザート	鯖の味噌煮 沢庵 五目金平 けんちん汁 デザート
8	火	いんげんソテー ミニチキン 味噌汁	冷しラーメン(半ライス) 蒸餃子 生野菜 デザート	十和田バラ焼き 胡麻和え 味噌汁 デザート
9	水	白滝金平 肉団子 味噌汁 牛乳	豚肉の南蛮焼き 生野菜 ひじきの中華ソテー 中華スープ デザート	ジャンバラヤ コロッケ 生野菜 野菜スープ
10	木	パン オムレツ ペンネソテー スープ コーヒー	赤魚の粕漬け つぼ漬け 青菜ご飯 筑前煮 ごま鍋風スープ デザート	ビーフストロガノフ シーザーサラダ みかんゼリー
11	金	里芋のそばろあん ペッパーポロニア 味噌汁	回鍋肉 シルバースラダ 中華スープ デザート	チキンステーキ(カレーソース) 生野菜 オレンジ ポテト コンソメスープ デザート
12	土	鶏と筍の辛味炒め ねぎたま焼き 味噌汁 ヨーグルト	牛丼 青菜のお浸し 味噌汁 デザート	焼きうどん(わかめご飯) 焼売 生野菜 寒天スープ
13	日	もやしと竹輪の炒め煮 彩しんじょ 味噌汁	スタミナ炒め 大根サラダ 中華スープ デザート	チキンライス ハマカツ 生野菜 コンソメスープ デザート
14	月	キャベツとベーコンのソテー オープン焼き 味噌汁	ハンバーグ(和風きのこソース) 生野菜 パンポキサラダ コンソメスープ デザート	ほっけ焼売 高菜油炒め 五目玉子とじ 豚汁 デザート
15	火	豚肉と蒟蒻の炒め煮 肉みそ包み すまし汁	冷しわかめ揚げそば(ゆかりご飯) つくね 生野菜 デザート	肉そば丼 ボン酢和え 味噌汁 デザート
16	水	パン グラタン ウインナーソテー パナ コーヒー	肉野菜炒め キチ和え 中華風コンソメスープ デザート	鶏肉の胡麻照焼き 生野菜 ミトマト 加賀揚げの煮物 味噌汁
17	木	豚肉のさっぱり煮 ポテトチキンロール 味噌汁 牛乳	さんまの塩焼き しば漬け すき焼き風煮 具沢山味噌汁 デザート	ペペロンチーノ(若菜ご飯) 肉詰めフライ 生野菜 コンソメスープ
18	金	つくねの甘辛煮 ささかま 味噌汁 牛乳	チキンキャップ 生野菜 カレーと和え コンソメスープ デザート	チャーハン くらげサラダ 中華スープ デザート
19	土	金平牛蒡 アスパラベーコン巻 玉子焼き 味噌汁 ショア	オープンキャンパス 冷し中華 カレーライス	カレーライス カラフルサラダ ナタデココ
20	日	パン 照焼チキン ブロッコリーサラダ パナ コーヒー	豚肉と白菜の煮込み はんぺんチーズフライ 生野菜 デザート	シーフードピラフ ハムステーキ 生野菜 野菜スープ
21	月	キャベツと薩摩揚げの炒め煮 ミートボール 味噌汁	ハーブキュー風チキン 生野菜 マリネ コンソメスープ デザート	豚肉のうま塩炒め 生野菜 冷奴 味噌汁 デザート
22	火	もやしと豚肉のソテー スパイン風オムレツ 味噌汁 牛乳	冷し担々麺(半ライス) 焼餃子 生野菜 デザート	ガーリックライス エビとブロッコリーのサラダ 野菜スープ
23	水	パン クリーム煮 パナ コーヒー	塩サバ 野沢菜漬け 肉じゃが 具沢山味噌汁 デザート	ヤンニョムチキン 生野菜 焼きビーフン 五目スープ
24	木	野菜の塩炒め ハムチーズピカタ 味噌汁	ねぎとろ丼 わさび和え 味噌汁 デザート	豚肉の西京焼き 生野菜 切干大根サラダ のっぺい汁
25	金	五目ひじき チョリソ 味噌汁	サラダうどん(塩昆布ご飯) 串カツ 生野菜 デザート	焼肉炒め 中華和え 中華スープ デザート
26	土	パン キッシュ 野菜ソテー パナ コーヒー	豚の生姜焼き 生野菜 カニカマサラダ 味噌汁 デザート	チリコンカンライス イタリアンサラダ コンソメスープ デザート
27	日	蓮根の炒め煮 チーズ入り竹輪 味噌汁	チンジャオロース 点心 生野菜 中華スープ デザート	焼きそば(ゆかりご飯) 肉団子 生野菜 味噌汁
28	月	肉豆腐 ふんわり天 味噌汁 ショア	焼鳥丼 おかか和え 味噌汁 デザート	ブルギ 春雨サラダ 酸辣湯
29	火	豚肉と野菜のガリハタ炒め 焼売 味噌汁 牛乳	桜えびスパゲティ(若菜ご飯) 煮込みハンバーグ 生野菜 スープ デザート	鶏の唐揚げ 生野菜 ジャーマンポテト 味噌汁
30	水	がんもの煮物 ウインナー 味噌汁	ビーフン 温泉玉子 わかめスープ デザート	豚肉の柚子胡椒炒め 生野菜 ごぼうサラダ 味噌汁 デザート
31	木	パン レモンチキン ホリソテー パナ コーヒー	豚肉の塩麹焼き 生野菜 汁と水菜の和え物 味噌汁 デザート	ビーフカレー コールローサラダ フルーツポンチ

※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

