

令和 7 年 10 月 献立表

日本航空学園 給食課

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	水	もやしと豚肉の炒め煮 玉子焼き 味噌汁 牛乳	牛すき丼 枝豆サラダ 味噌汁 デザート	パエリア ハムステーキ 生野菜 コンソープ
2	木	大根の煮物 豚南蛮 味噌汁 牛乳	豚肉のうま塩炒め つくね 生野菜 味噌汁 デザート	ひれかつ 生野菜 マカロニサラダ 野菜スープ
3	金	パン グラタン ほうれん草ソテー パナ コーヒー	鶏肉のごま照焼き 生野菜 ポリアン風 味噌汁 デザート	肉野菜炒め 中華ポテト 坦々鍋風スープ
4	土	鶏と里芋の煮物 京風玉子 味噌汁 ショア	ブルキ 焼売 生野菜 中華スープ デザート	焼うどん(塩昆布ご飯) 天ぷら 生野菜 味噌汁
5	日	そば炒め レモンソテー 味噌汁	豚肉の塩麩焼き 生野菜 ツトと水菜の和え物 味噌汁 デザート	ビーフストロガノフ イタリアンサラダ アロエヨーグルト
6	月	ごぼうの甘辛煮 ミチ巻 味噌汁 牛乳	月見肉そば(ゆかりご飯) 磯部揚げ 生野菜 デザート	チキンソテー(カリパチソース) 生野菜 りんご ポテトサラダ 味噌汁
7	火	パン ミートボール ペンネソテー パナ コーヒー	鮭の塩焼き つぼ漬け 筑前煮 具沢山味噌汁 デザート	キムチ焼肉丼 おかか和え 味噌汁 デザート
8	水	もやしと竹輪のソテー パッパポロニア 味噌汁	豚肉の柚子胡椒炒め 生野菜 冷奴 味噌汁 デザート	鶏の唐揚げ 生野菜 ビーフソテー 野菜スープ デザート
9	木	じゃが芋の甘辛煮 ミチキン 味噌汁 ショア	豚骨ラーメン(半ライス) 焼餃子 生野菜 デザート	オムライス チーズハンバーグ 生野菜 コンソープ
10	金	豚肉と蒟蒻の炒め煮 金平包み焼き 味噌汁 牛乳	鶏肉のバジル焼き 生野菜 オリーブドレ和え コンソープ デザート	チンジャオロース 春巻 生野菜 中華スープ
11	土	パン 鶏のピカタ ジャーマンポテト パナ コーヒー	ビーフカレー カラフルサラダ フルーツポンチ	トンテキ 生野菜 ミトマト 五目ひじき 味噌汁
12	日	つくねの甘辛煮 たらこ 味噌汁 牛乳	豚肉の香味炒め 蒸し鶏のナムル 中華スープ デザート	和風きのこスパゲティ(わかめご飯) ミルフィーユカツ 生野菜 コンソープ
13	月	豚肉と筍の辛味炒め チーズ入り竹輪 味噌汁 牛乳	チキンステーキ丼 ボン酢和え 味噌汁 デザート	チャーハン シルバースラダ 中華スープ デザート
14	火	厚揚げの味噌炒め チョリソ 味噌汁	かき揚げうどん(若菜ご飯) 肉団子 生野菜 デザート	ガーリックライス チキンオープン焼き 生野菜 ミネストローネ デザート
15	水	パン 煮込みハンバーグ グリーンサラダ パナ コーヒー	ポークソテー(ジャリビソース) 生野菜 マリネ 野菜スープ デザート	鯖の照り煮 野沢菜漬け 五目金平 豚汁 デザート
16	木	豚肉のさっぱり煮 アスパラコン巻 味噌汁 ヨーグルト	ビビンバ 温泉玉子 わかめスープ デザート	チキン南蛮 生野菜 オレンジ 塩昆布和え 味噌汁
17	金	蓮根の炒め煮 つくね 味噌汁	ツトとスパゲティ(ゆかりご飯) グリルチキン 生野菜 コンソープ デザート	洋風焼肉 生野菜 くらげサラダ 餃子スープ デザート
18	土	白滝金平 ウィナー 味噌汁	肉ニラ炒め 揚げ餃子 生野菜 中華スープ デザート	親子丼 わさび和え 味噌汁 デザート
19	日	加理醬炒め 彩しんじょ 味噌汁 牛乳	ハンバーグ コンサラダ ナタデココ	豚の生姜焼き 生野菜 スパゲティサラダ 味噌汁
20	月	切干大根の煮物 照焼ハンバーグ 味噌汁 牛乳	きつねそば(塩昆布ご飯) 焼鳥 生野菜 デザート	韓国風肉豆腐 マンチカツ 生野菜 中華スープ
21	火	パン 目玉焼き 野菜ソテー パナ コーヒー	ポークチャップ炒め 生野菜 エビとポロコリーのサラダ 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 コンソープ
22	水	竹輪のソテー 肉団子 味噌汁	チキンソテー(薬味ソース) 生野菜 キムチ和え 中華スープ デザート	十和田バラ焼き かぼちゃサラダ ごま鍋風スープ デザート
23	木	茄子と挽肉の炒め煮 オムレツ 味噌汁 ショア	赤魚の粕漬け 沢庵 巾着の煮物 沢煮椀 デザート	焼きそば(わかめご飯) ささみスティック 生野菜 中華スープ
24	金	オムスター炒め 肉まん 味噌汁	和風ハンバーグ 生野菜 マカロニソテー コンソープ デザート	ビーフステーキ フランクフルト 生野菜 デザート
25	土	パン 照焼チキン コンサラダ パナ コーヒー	ソースカツ丼 胡麻和え 味噌汁 デザート	八宝菜 点心 生野菜 中華スープ
26	日	肉野菜炒め 豆腐ハンバーグ 味噌汁	チキンリルズニング 生野菜 蓮根サラダ コンソープ デザート	カレーライス グリーンサラダ みかんゼリー
27	月	五目卵とじ ささかま 味噌汁 牛乳	カうどん(若菜ご飯) たこ唐揚げ 生野菜 デザート	ポークソテー(ガーリックソース) 生野菜 ごぼうとベーコンのソテー 味噌汁
28	火	ウィナーソテー ポテトチキンロール 味噌汁	麻婆豆腐 小籠包 生野菜 中華スープ デザート	ほっけ麩焼き ごま昆布 豚と大根の煮物 具沢山味噌汁 デザート
29	水	もやしと搾菜のソテー 黒酢肉団子 味噌汁	牛丼 青菜のお浸し 味噌汁 デザート	カルボナーラ(ゆかりご飯) コロッケ 生野菜 コンソープ
30	木	パン スタンプレック パーコン パナ コーヒー	タンドリーチキン 生野菜 ごぼうサラダ コンソープ デザート	スタミナ炒め 春雨サラダ 中華スープ デザート
31	金	筑前煮 豆腐包み焼き 味噌汁 牛乳	味噌ラーメン(半ライス) 水餃子 生野菜 デザート	タコライス ハムカツ 生野菜 コンソープ

※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

※今月は青梅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

