



# 3月分献立



※ 仕入れの都合上、メニューを変更する場合がございます。ご了承下さいませ。

日付	朝食		昼食		夕食		行事	日付	朝食		昼食		夕食		行事						
	A	B	A	B	A	B			A	B	A	B	A	B							
1 木	ご飯(野菜) 鮭の塩焼き ほうとう天麩 ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)			ご飯 ハンバーグ(デミ) ヘルシーサラダ 大学芋 スープ(コマ・キクラゲ) 牛乳	1126kcal	ご飯 豚と野菜のサムジャン炒め ヘルシーサラダ 大学芋 スープ(コマ・キクラゲ) 牛乳	1031kcal	高校卒業式	17 土	ご飯(豚付のり) 鶏の照焼き キムチ ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)			ご飯 大根とキャベツの炒め ヘルシーサラダ キムチ 牛乳	1082kcal	ご飯 クリームシチュー グリーンサラダ キムチ スープ(キャベツ・人参)	1069kcal	中学卒業式・終業式				
2 金	ロールパン(イチゴ) ホイロインナー ハンとじゃが芋の炒め ナポリタン ミックス野菜(和風) 味噌汁(大根・糠)	牛乳	ご飯 秋刀魚のフライ ミックス野菜 白味噌 味噌汁(コマ・人参)	めぐみどりの あんかけ親子丼 ミックス野菜 白味噌 味噌汁(コマ・人参)	817kcal	ご飯 ニンニク芽のチリソース炒め キューブマヨサラダ 青梗菜の辛子和え スープ(ニラ・卵) ヨーグルト	1084kcal	ご飯 肉じゃが キューブマヨサラダ 青梗菜の辛子和え スープ(ニラ・卵) ヨーグルト	866kcal	ご飯(たらこ) チリソース チリソース団子 小松菜の和え物 ミートムシ デザート 味噌汁(コマ・人参)	846kcal	ご飯 チキンマヨ焼き シーザーサラダ イカリング スープ(人参・玉葱)	1065kcal	ご飯 白身フライ(カルパ) ロール フルーツ 味噌汁(鮎・葱) 牛乳	943kcal	ご飯 牛肉とレタスのピリ辛煮 ロール フルーツ 味噌汁(鮎・葱) 牛乳	975kcal				
3 土	ご飯(さけ) 鶏の照焼き 大豆と白滝の甘辛煮 厚揚げ ナムル 味噌汁(大根・糠)		ご飯 だし入り グリーンサラダ 洋梨 清汁(桜型人参・葱)	わかめご飯 桜毛豆 グリーンサラダ 洋梨	926kcal	ご飯 ニラ炒め シーザーサラダ 小松菜のゴマ和え スープ(人参・白菜) 牛乳	879kcal	ご飯 鶏と卵のさっぱり炒め シーザーサラダ 小松菜のゴマ和え スープ(人参・白菜) 牛乳	889kcal	19 月	ご飯(卵) 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	884kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	789kcal	ご飯 ハンバーグ&フィッシュフライ ヘルシーサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(コマ・人参)	1260kcal	ご飯 鶏肉 ヘルシーサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(コマ・人参)	931kcal			
4 日	ご飯(かつお) コロッケ 小松菜の和え物 ほうとう ごま湯 味噌汁(キャベツ・白菜)		ご飯 コロッケ&ソテー コーンスープ 味噌汁(キャベツ・白菜)	ピリ辛炒飯 コーンスープ イカリング スープ(菜の花・コーン)	827kcal	ご飯 鶏天と豚骨湯の香酢ソース コーンスープ 菜の花の和え物 味噌汁(キャベツ・白菜) 牛乳	967kcal	ご飯 里芋と牛肉のうま煮 コーンスープ 菜の花の和え物 味噌汁(キャベツ・白菜) 牛乳	984kcal	20 火	ご飯(さけ) ハンバーグ コンソメ コンソメ春雨 金平牛蒡 味噌汁(キャベツ・白菜)	935kcal	ご飯 ビーフカツ(おろし) ミックス野菜 洋梨 味噌汁(キャベツ・白菜)	912kcal	ご飯 豆わかめご飯 けんちんそば ミックス野菜 大学芋 スープ(白菜・人参)	911kcal	ご飯 鶏の照焼き キューブマヨサラダ 大学芋 スープ(白菜・人参)	1189kcal	おかわりデー		
5 月	クワガタ(チコ) オムレツ スパゲティ ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(青じそ) スープ(人参)		ご飯 鶏の照焼き ヘルシーサラダ チキンナゲット 味噌汁(大根・人参)	鶏と野菜のソテー ヘルシーサラダ ヘルシーサラダ チキンナゲット	1014kcal	ご飯 鶏肉のワサビ風味あん ミックス野菜 ひじきと枝豆の煮物 スープ(玉葱・人参) ヨーグルト	1016kcal	ご飯 チキンオムレツ ミックス野菜 ひじきと枝豆の煮物 スープ(玉葱・人参) ヨーグルト	861kcal	21 水	ご飯(野菜) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ ポテトサラダ ポテトサラダ ポテトサラダ 味噌汁(キャベツ・白菜)	831kcal	ご飯 豚の照焼き グリーンサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	1015kcal	ご飯 旨辛エスニック マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	807kcal	ご飯 豚の照焼き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	1016kcal	ご飯 韓国風すき焼き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	997kcal	春分の日
6 火	ご飯(豚付のり) 厚切ハンバーグ 刺身 うぐいす豆 味噌汁(大根・糠)		ご飯 フルコ キューブマヨサラダ マンゴープリン スープ(キャベツ・白菜)	唐揚げ フルコ マンゴープリン スープ(キャベツ・白菜)	1102kcal	ご飯 肉のレモン炒め グリーンサラダ 春巻きの和え 味噌汁(キャベツ・白菜) 牛乳	1149kcal	ご飯 肉のレモン炒め グリーンサラダ 春巻きの和え 味噌汁(キャベツ・白菜) 牛乳	927kcal	22 木	ご飯(かつお) オムレツ カレー カレー 味噌汁(キャベツ・白菜)	851kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	979kcal	ご飯 ひじき 鶏肉のキムチ炒め コンソメ 味噌汁(キャベツ・白菜)	1012kcal	ご飯 鶏肉のキムチ炒め コンソメ 味噌汁(キャベツ・白菜)	963kcal			
7 水	ロールパン(イチゴ) ホイロインナー ハンとじゃが芋の炒め ナポリタン ミックス野菜(和風) 味噌汁(大根・糠)	牛乳	ご飯 鶏肉の袖子胡椒炒め シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	豆わかめご飯 シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	871kcal	ご飯 ハンバーグ&ピザ コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜) ヨーグルト	1174kcal	ご飯 チキンカレー コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜) ヨーグルト	979kcal	23 金	ご飯(豚付のり) 鶏の照焼き ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)	854kcal	ご飯 手作りかき揚げ ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)	789kcal	ご飯 秋刀魚の照焼き ヘルシーサラダ キムチ 味噌汁(大根・糠)	822kcal	ご飯 鶏と唐揚げの黒胡椒炒め マンゴープリン 味噌汁(小松菜・人参)	1126kcal	ご飯 牛肉とキャベツのピリ辛炒め マンゴープリン 味噌汁(小松菜・人参)	930kcal	
8 木	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)		ご飯 エビ コンソメ コンソメ スープ(キャベツ・白菜)	肉炒飯 コンソメ コンソメ スープ(キャベツ・白菜)	792kcal	ご飯 鶏のハンバーグ ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1095kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	962kcal	24 土	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)	856kcal	ご飯 チキンカレー コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜)	1112kcal	ご飯 豚カツ(ソース) グリーンサラダ ブナ 味噌汁(チンゲン・人参)	891kcal	ご飯 豚カツ(ソース) グリーンサラダ ブナ 味噌汁(チンゲン・人参)	1005kcal	1015kcal		
9 金	ロールパン(イチゴ) ホイロインナー ハンとじゃが芋の炒め ナポリタン ミックス野菜(和風) 味噌汁(大根・糠)	牛乳	ご飯 たつぷり野菜バー コーンスープ 味噌汁(大根・糠)	ひじき コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜)	1058kcal	ご飯 ビーフカツ(ソース) キューブマヨサラダ インゲのゴマ和え スープ(キャベツ・白菜) ヨーグルト	971kcal	ご飯 豚肉の甘辛煮 キューブマヨサラダ インゲのゴマ和え スープ(キャベツ・白菜) ヨーグルト	932kcal	25 日	ご飯(豚付のり) 鶏の照焼き ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)	855kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	929kcal	ご飯 ビーフカツ(ソース) グリーンサラダ ブナ 味噌汁(チンゲン・人参)	1027kcal	ご飯 かき揚げ コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜)	1042kcal			
10 土	ご飯(卵) 鶏の照焼き ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)		ご飯 鶏肉の袖子胡椒炒め シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	肉炒飯 コンソメ コンソメ スープ(キャベツ・白菜)	791kcal	ご飯 鶏のハンバーグ ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1046kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1083kcal	26 月	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)	865kcal	ご飯 鶏の照焼き グリーンサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	971kcal	ご飯 旨辛エスニック マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	921kcal	ご飯 豚の照焼き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	1219kcal	991kcal		
11 日	ご飯(さけ) 鶏の照焼き ほうとう 厚揚げ ナムル 味噌汁(大根・糠)		ご飯 チーズハンバーグ コーンスープ フライドポテト スープ(キャベツ・玉葱)	チキンカレー コーンスープ フライドポテト スープ(キャベツ・玉葱)	1029kcal	ご飯 鶏の照焼き ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1064kcal	ご飯 鶏と野菜のXO炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	975kcal	27 火	ご飯(さけ) 鶏の照焼き ハンバーグ 味噌汁(大根・糠)	914kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	917kcal	ご飯 中華丼 ミックス野菜 フルーツ 味噌汁(大根・糠)	792kcal	ご飯 豚と唐揚げのキムチ炒め キューブマヨサラダ ソーセージ スープ(キャベツ・玉葱)	1192kcal	992kcal		
12 月	クワガタ(チコ) オムレツ スパゲティ ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(中華) スープ(人参)		ご飯 鶏のガリック炒め ヘルシーサラダ フルーツ 味噌汁(コマ・人参)	鶏と野菜のソテー ヘルシーサラダ ヘルシーサラダ チキンナゲット	925kcal	ご飯 鶏肉のワサビ風味あん ミックス野菜 ひじきと枝豆の煮物 スープ(玉葱・人参) ヨーグルト	931kcal	ご飯 牛肉の四川炒め ミックス野菜 蒸籠とキャベツの和え物 スープ(キャベツ・白菜) ヨーグルト	893kcal	28 水	ご飯(かつお) オムレツ カレー カレー 味噌汁(キャベツ・白菜)	903kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	868kcal	ご飯 かき揚げ コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜)	710kcal	ご飯 かき揚げ コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜)	1111kcal	997kcal		
13 火	ご飯(野菜) おみそ 味噌汁(大根・糠)		ご飯 鶏肉の袖子胡椒炒め シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	肉炒飯 コンソメ コンソメ スープ(キャベツ・白菜)	1237kcal	ご飯 鶏の照焼き ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	970kcal	ご飯 鶏と野菜のXO炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	942kcal	29 木	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)	847kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	765kcal	ご飯 オムライス マンゴープリン 味噌汁(小松菜・人参)	960kcal	ご飯 チキンカレー コーンスープ コーンスープ スープ(キャベツ・白菜)	1101kcal	930kcal		
14 水	ロールパン(イチゴ) ホイロインナー ハンとじゃが芋の炒め ナポリタン ミックス野菜(和風) 味噌汁(大根・糠)	牛乳	ご飯 豚肉の袖子胡椒炒め シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	チキンカレー コーンスープ フライドポテト スープ(キャベツ・玉葱)	730kcal	ご飯 鶏の照焼き ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1046kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1083kcal	30 金	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)	865kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	917kcal	ご飯 旨辛エスニック マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	921kcal	ご飯 豚の照焼き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	1219kcal	991kcal		
15 木	ご飯(かつお) おみそ 味噌汁(大根・糠)		ご飯 鶏肉の袖子胡椒炒め シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	肉炒飯 コンソメ コンソメ スープ(キャベツ・白菜)	791kcal	ご飯 鶏のハンバーグ ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1046kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1083kcal	31 土	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)	865kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	917kcal	ご飯 旨辛エスニック マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	921kcal	ご飯 豚の照焼き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	1219kcal	991kcal		
16 金	ロールパン(イチゴ) ホイロインナー ハンとじゃが芋の炒め ナポリタン ミックス野菜(和風) 味噌汁(大根・糠)	牛乳	ご飯 鶏肉の袖子胡椒炒め シーザーサラダ 味噌汁(大根・糠)	肉炒飯 コンソメ コンソメ スープ(キャベツ・白菜)	791kcal	ご飯 鶏のハンバーグ ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1046kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ヘルシーサラダ ブナ 味噌汁(人参・葱)	1083kcal	31 土	ご飯(たらこ) ハンバーグ ポテト ポテトサラダ 餃子 生煎 味噌汁(大根・糠)	865kcal	ご飯 鶏と野菜のガリック炒め コンソメ 白味噌 スープ(ニラ・卵)	917kcal	ご飯 旨辛エスニック マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	921kcal	ご飯 豚の照焼き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(ネーレン・糠)	1219kcal	991kcal		

※ 国旗が表示してあるメニューはその国の代表料理です。世界の国の食文化を考えながら食事を提供しています。