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 A	昼食 B	夕食 A	夕食 B	行事
1	水	ロールパン(イチゴ)　牛乳 オムレツ 焼きそば ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーマドレ) スープ(セキナン・コーン) 837kcal	カヴカレー コーンサラダ 黄桃缶 スープ(ワカメ・玉葱) 1088kcal	 1088kcal	ご飯 チキン南蛮 ミックス野菜 いんげんのゴマ和え 味噌汁(大根・揚) ヨーグルト 976kcal	ご飯 チンジャオロース ミックス野菜 いんげんのゴマ和え 味噌汁(大根・揚) ヨーグルト 818kcal	高校卒業式
2	木	ご飯(のり佃煮) 納豆 温泉卵 ビーフン炒め ちぎり揚げ 味噌汁(キャベツ・揚) 804kcal	ご飯 鶏のバジル焼き グリーンサラダ オニオンリング スープ(節・葱) 997kcal	ひじきご飯 台湾風ラーメン グリーンサラダ オニオンリング 1027kcal	ご飯 エビカツ(タルタル) シーザーサラダ 菜の花の和え物 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 972kcal	ご飯 肉豆腐 シーザーサラダ 菜の花の和え物 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 865kcal	
3	金	ロールパン(マーマレード)　牛乳 鶏の照焼き キャベツと卵のソテー マカロニサラダ ミックス野菜(コールスロー) スープ(ワカメ・コーマ) 971kcal	ご飯 メンチカツ(ソース) コールスロー パイン缶 スープ(菜の花・コーン) 912kcal	散らし寿司 コールスロー ハムカツ スープ(菜の花・コーン) 675kcal	ご飯 コロッケ&アジフライ コーンサラダ 切干大根 味噌汁(キャベツ・人参) ヨーグルト 890kcal	ご飯 鶏と卵のさっぱり炒め コーンサラダ 切干大根 味噌汁(キャベツ・人参) ヨーグルト 827kcal	学年末考査①
4	土	ご飯(おかか) 鮭の塩焼き 丸天葱 コボウサラダ 生節 味噌汁(豆腐・葱) 874kcal	ご飯 チキン竜田(オーロラ) ヘルシーサラダ 白桃缶 味噌汁(ホウレン・揚) 978kcal	わかめご飯 カレーうどん ヘルシーサラダ 白桃缶 味噌汁(ホウレン・揚) 1060kcal	ご飯 ハンバーグ(デミ) キューブマヨサラダ マカロニソテー スープ(キクラゲ・コーマ) 牛乳 1070kcal	ご飯 豚肉と厚揚のキムチ炒め キューブマヨサラダ マカロニソテー スープ(キクラゲ・コーマ) 牛乳 926kcal	
5	日	ご飯(さけ) 昆布佃煮 五目煮 ほうれん草オムレツ サラダ 味噌汁(白菜・人参) 869kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ミックス野菜 洋梨缶 スープ(キャベツ・人参) 814kcal	唐揚テリマヨ丼 ミックス野菜 洋梨缶 スープ(キャベツ・人参) 1087kcal	ご飯 豚カツ(おろし) グリーンサラダ 青梗菜のワサビ和え 味噌汁(コボウ・葱) 牛乳 988kcal	ご飯 鶏と野菜のXO醤炒め グリーンサラダ 青梗菜のワサビ和え 味噌汁(コボウ・葱) 牛乳 873kcal	
6	月	クロワッサン(チョコ)　牛乳 目玉焼き ハンプキンサラダ ハムとじゃが芋の炒め ミックス野菜(和風) スープ(人参・節) 859kcal	ご飯 のびチーメンチ&春巻き シーザーサラダ マンゴープリン 味噌汁(大根・人参) 993kcal	ゆかりご飯 塩ラーメン シーザーサラダ マンゴープリン 814kcal	ご飯 鶏の照り煮 コールスロー プチ芋 スープ(ワカメ・葱) ヨーグルト 991kcal	ご飯 回鍋肉 コールスロー プチ芋 スープ(ワカメ・葱) ヨーグルト 820kcal	学年末考査②
7	火	ご飯(味付のり) ハンバーグ スパゲティーサラダ 厚焼卵 シュウマイ 味噌汁(コボウ・ニラ) 830kcal	ご飯 鶏の竜田揚げ コーンサラダ 卵サラダ スープ(玉葱・ベーコン) 843kcal	キムチチャーハン コーンサラダ コロッケ(カレー) スープ(玉葱・ベーコン) 823kcal	ご飯 酢鶏 ヘルシーサラダ フルーツ 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 1139kcal	シュリンプカレー ヘルシーサラダ フルーツ 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 958kcal	学年末考査③ おかわりデー
8	水	ロールパン(ブルーベリー&マーガリン) ポイルウインナー　牛乳 キャベツと卵のソテー オキシリタン ミックス野菜(青じそ) スープ(コーマ・葱) 877kcal	ご飯 ムーシーロー キューブマヨサラダ 杏仁フルーツ 味噌汁(白菜・人参) 803kcal	豆わかめご飯 かき揚げそば キューブマヨサラダ 杏仁フルーツ 854kcal	ご飯 鶏竜田のワサビ風味あん ミックス野菜 小松菜の和え物 スープ(卵・ニラ) ヨーグルト 981kcal	ご飯 ブルコギ風 ミックス野菜 小松菜の和え物 スープ(卵・ニラ) ヨーグルト 848kcal	学年末考査④
9	木	ご飯(たらこ) チリソース団子 ごぼう天煮 厚焼卵 ナムル 味噌汁(キャベツ・人参) 936kcal	ご飯 鶏と野菜のガーリック炒め グリーンサラダ 黄桃缶 味噌汁(小松菜・揚) 807kcal	カツ丼(卵とじ) グリーンサラダ 黄桃缶 味噌汁(小松菜・揚) 854kcal	ご飯 白身フライ(タルタル) シーザーサラダ スープ(玉葱・コーン) 牛乳 1031kcal	ご飯 豚肉の甘辛煮 シーザーサラダ 拌三絲 スープ(玉葱・コーン) 牛乳 980kcal	集中授業①
10	金	ロールパン(リンゴ)　牛乳 オムレツ マカロニサラダ フィッシュソーセージフライ ミックス野菜(中華) スープ(人参・キクラゲ) 849kcal	ご飯 チーズハンバーグ キューブマヨサラダ 杏仁フルーツ イカリング スープ(キャベツ・葱) 1060kcal	ベベロンチーノ コールスロー イカリング スープ(キャベツ・葱) 632kcal	ご飯 ビーフカツ(ソース) コーンサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(豆腐・葱) ヨーグルト 978kcal	ご飯 鶏じゃが コーンサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(豆腐・葱) ヨーグルト 880kcal	集中授業②
11	土	ご飯(かつお) コンビネーションオムレツ 丸天葱 コーン寒天サラダ うぐいす豆 味噌汁(節・葱) 845kcal	ご飯 手作り唐揚げ ヘルシーサラダ フルーツミックス スープ(卵・ニラ) 907kcal	旨辛エスニックライス ヘルシーサラダ フルーツミックス スープ(卵・ニラ) 782kcal	ご飯 お好み焼き キューブマヨサラダ コマササミカツ 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1093kcal	ご飯 クリームシチュー キューブマヨサラダ コマササミカツ 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1143kcal	業者
12	日	ご飯(たまご) 鮭の照焼き 鶏つくね団子 豆コボウサラダ キンピラレンコン 味噌汁(大根・揚) 920kcal	ご飯 コロッケ&春巻き ミックス野菜 ミルク寒天 スープ(白菜・人参) 899kcal	餡ご飯 野菜いっぱい味噌ラーメン ミックス野菜 ミルク寒天 954kcal	ご飯 唐揚ノルウェー風 グリーンサラダ 青梗菜のツナ和え 味噌汁(ワカメ・葱) 牛乳 1148kcal	ご飯 豚キムチ炒め グリーンサラダ 青梗菜のツナ和え 味噌汁(ワカメ・葱) 牛乳 957kcal	TOEIC
13	月	クロワッサン(チョコ)　牛乳 ハンバーグ ハムとじゃが芋の炒め スパゲティーサラダ ミックス野菜(コールスロー) スープ(菜の花・コーン) 980kcal	ご飯 チキンカツ(味噌ダレ) シーザーサラダ 春雨中華サラダ 味噌汁(キャベツ・人参) 1015kcal	ビーフカレー シーザーサラダ ミニメンチカツ 味噌汁(キャベツ・人参) 1171kcal	ご飯 鯖の塩焼き コールスロー 菜の花の辛子和え スープ(キクラゲ・ゴマ) ヨーグルト 832kcal	ご飯 牛肉の四川炒め コールスロー 菜の花の辛子和え スープ(キクラゲ・ゴマ) ヨーグルト 808kcal	集中授業③
14	火	ご飯(のり佃煮) 納豆 温泉卵 ビーフン炒め 餃子 味噌汁(豆腐・人参) 821kcal	ご飯 三種フライ コーンサラダ パイン缶 スープ(チンゲン・コーン) 856kcal	ひじきご飯 肉うどん コーンサラダ パイン缶 926kcal	ご飯 タンドリーチキン ヘルシーサラダ ミニ野菜コロッケ 味噌汁(節・葱) 牛乳 1260kcal	ご飯 豚肉のレモン炒め ヘルシーサラダ ミニ野菜コロッケ 味噌汁(節・葱) 牛乳 980kcal	集中授業④
15	水	ロールパン(イチゴ)　牛乳 目玉焼き 焼きそば ハンプキンサラダ ミックス野菜(コーマドレ) スープ(エノキ・白菜) 905kcal	ご飯 鮭のマヨ焼き キューブマヨサラダ フルーツ 味噌汁(モヤシ・人参) 850kcal	野菜いっぱい台湾まぜめし キューブマヨサラダ フルーツ 味噌汁(モヤシ・人参) 804kcal	ご飯 メンチカツ(おろし) ミックス野菜 小松菜の和え物 スープ(卵・葱) ヨーグルト 1000kcal	ご飯 鶏肉のバーベキュー焼め ミックス野菜 小松菜の和え物 スープ(卵・葱) ヨーグルト 841kcal	集中授業⑤
16	木	ご飯(さけ) チキン西京焼き 根菜青菜 ポテトサラダ 玉日葱 味噌汁(モヤシ・ワカメ) 857kcal	ご飯 骨付きチキン&フィッシュフライ グリーンサラダ フルーツヨーグルト スープ(玉葱・人参) 980kcal	わかめご飯 豚キムテラーメン グリーンサラダ フルーツヨーグルト 887kcal	ご飯 油淋鶏 シーザーサラダ 大学芋 味噌汁(ホウレン・玉葱) 牛乳 1182kcal	チキンカレー シーザーサラダ 大学芋 味噌汁(ホウレン・玉葱) 牛乳 1136kcal	集中授業⑥ おかわりデー

日	付	昼食 A	昼食 B	夕食 A	夕食 B	行事
17	金	ロールパン(リンゴ&マーガリン) ポイルウインナー　牛乳 ハムとじゃが芋の炒め 卵サラダ ミックス野菜(和風) スープ(玉葱・コーン) 963kcal	 963kcal	ご飯 秋刀魚のフライ コールスロー 青梗菜の辛子和え 味噌汁(豆腐・葱) ヨーグルト 968kcal	ご飯 里芋と牛肉のうま煮 コールスロー 青梗菜の辛子和え 味噌汁(豆腐・葱) ヨーグルト 931kcal	中学終了式・終業式
18	土	ご飯(おかか) 甘酢肉団子 ひじきと枝豆の重物 厚焼卵 ナムル 味噌汁(大根・人参) 904kcal	ご飯 鶏のレモンペッパー焼き コーンサラダ イカリング スープ(キクラゲ・人参) 984kcal	オムライスコロッケのせデミ コーンサラダ イカリング スープ(キクラゲ・人参) 1006kcal	ご飯 ねぎ塩豚カツ ヘルシーサラダ 白桃缶 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳 910kcal	ご飯 ビーフシチュー ヘルシーサラダ コロッケ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳 951kcal	
19	日	ご飯(のり佃煮) オムレツ 丸天葱 マカロニサラダ 味まめ 味噌汁(コボウ・人参) 856kcal	ご飯 手作りかき揚げ キューブマヨサラダ 洋梨缶 味噌汁(モヤシ・人参) 766kcal	ゆかりご飯 けんちんそば キューブマヨサラダ 洋梨缶 795kcal	ご飯 ハンバーグ&のびチーメンチ ミックス野菜 春雨のマヨ和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 1188kcal	ご飯 豚のにんにく味噌炒め ミックス野菜 春雨のマヨ和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 955kcal	
20	月	ご飯(たらこ) 鯖の照焼き 金平牛蒡 卵サラダ サーサイ 味噌汁(葱・ワカメ) 929kcal	ご飯 野菜そぼろ炒め グリーンサラダ マンゴープリン スープ(白菜・人参) 758kcal	ご飯 手作りかき揚げ キューブマヨサラダ マカロニソテー スープ(キクラゲ・ゴマ) 牛乳 964kcal	ご飯 厨竜田の野菜あんかけ シーザーサラダ 菜種和え 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 955kcal	ご飯 カレー肉じゃが シーザーサラダ 菜種和え 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 904kcal	春分の日
21	火	ご飯(かつお) 目玉焼き 鶏つくね団子 コボウサラダ うぐいす豆 味噌汁(キャベツ・揚) 937kcal	ご飯 ビーフカツ(おろし) コールスロー 卵サラダ スープ(卵・ベーコン) 940kcal	ミートスパゲティ コールスロー ハムマヨ玉子フライ スープ(卵・ベーコン) 640kcal	ご飯 ニンニク芽のチリソース炒め コーンサラダ 小松菜のお浸し 味噌汁(大根・人参) 牛乳 1155kcal	ご飯 厚揚と豚肉の味噌炒め コーンサラダ 小松菜のお浸し 味噌汁(大根・人参) 牛乳 996kcal	
22	水	ご飯(たまご) 納豆 温泉卵 ビーフン炒め シュウマイ 味噌汁(白菜・エノキ) 826kcal	ご飯 豚の唐揚げ ヘルシーサラダ 黄桃缶 味噌汁(ホウレン・揚) 1004kcal	ポークカレー ヘルシーサラダ 黄桃缶 味噌汁(ホウレン・揚) 931kcal	ご飯 八宝菜 キューブマヨサラダ ミニエビカツ スープ(節・葱) 牛乳 1006kcal	ご飯 スタミナちゃんこ風 キューブマヨサラダ ミニエビカツ 牛乳 1063kcal	
23	木	ご飯(おかか) 鶏の照焼き キンピラレンコン ほうれん草オムレツ インゲンの和え物 味噌汁(モヤシ・人参) 805kcal	ご飯 照焼きハンバーグ ミックス野菜 フライドポテト スープ(菜の花・コーン) 946kcal	豆わかめご飯 味わい海老そば ミックス野菜 フライドポテト 1078kcal	ご飯 ミックスフライ グリーンサラダ キャベツと蒸鶏のマヨ和え 味噌汁(ワカメ・葱) 牛乳 1233kcal	ご飯 ご主味噌炒め肉豆腐 グリーンサラダ キャベツと蒸鶏のマヨ和え 味噌汁(ワカメ・葱) 牛乳 1184kcal	
24	金	ご飯(さけ) ハンバーグ 高野の唐とじ スパゲティーサラダ 春雨中華サラダ 味噌汁(コボウ・揚) 806kcal	ご飯 鶏のガーリックペッパー焼き シーザーサラダ ソーセージ風天 味噌汁(キャベツ・人参) 1036kcal	親子丼 シーザーサラダ ソーセージ風天 味噌汁(キャベツ・人参) 759kcal	ご飯 卵の照焼き コールスロー フルーツ スープ(白菜・人参) 牛乳 1119kcal	ご飯 牛肉とレンコンのピリ辛炒め コールスロー フルーツ スープ(白菜・人参) 牛乳 942kcal	
25	土	ご飯(味付のり) オムレツ 大豆と白滝の甘辛煮 フィッシュソーセージ ポテトサラダ 味噌汁(豆腐・葱) 813kcal	ご飯 鶏の南蛮漬け コーンサラダ 杏仁フルーツ スープ(キクラゲ・人参) 761kcal	餡ご飯 桜うどん コーンサラダ 杏仁フルーツ 917kcal	ご飯 鶏の唐揚げ ヘルシーサラダ 拌三絲 味噌汁(チンゲン・揚) 牛乳 1193kcal	ご飯 旨塩焼肉 ヘルシーサラダ 拌三絲 味噌汁(チンゲン・揚) 牛乳 897kcal	
26	日	ご飯(たらこ) ポイルウインナー ミックス野菜 コーン春雨サラダ 生節 味噌汁(白菜・人参) 884kcal	ご飯 里芋田の甘酢あんかけ キューブマヨサラダ マカロニサラダ 味噌汁(小松菜・人参) 1102kcal	五目炒飯 キューブマヨサラダ コロッケ 味噌汁(小松菜・人参) 829kcal	ご飯 豚カツ(おろし) ミックス野菜 青梗菜のワサビ和え スープ(モヤシ・コーン) 牛乳 972kcal	ご飯 韓国風すき煮 ミックス野菜 青梗菜のワサビ和え スープ(モヤシ・コーン) 牛乳 901kcal	
27	月	ご飯(かつお) ミートボール 刺昆布の炒め煮 厚焼卵 五目煮豆 味噌汁(麩・ワカメ) 910kcal	ご飯 豚肉のカントリースタイル グリーンサラダ チキンナゲット スープ(卵・ニラ) 863kcal	ひじきご飯 スタミナにんにくラーメン グリーンサラダ チキンナゲット 921kcal	ご飯 揚鶏の香味ソース シーザーサラダ パイン缶 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1039kcal	牛すじカレー シーザーサラダ ハッシュドポテト 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1115kcal	おかわりデー
28	火	ご飯(のり佃煮) コンビネーションオムレツ 豆コボウサラダ ちぎり揚げ ハリハリダイコン 味噌汁(キャベツ・揚) 920kcal	ご飯 ハンバーグ&春巻き コールスロー フルーツミックス スープ(チンゲン・人参) 1025kcal	豚キムチビビンバ丼 コールスロー フルーツミックス スープ(チンゲン・人参) 952kcal	ご飯 鯖の味噌煮 コーンサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 969kcal	ご飯 鶏肉の柚子胡椒炒め コーンサラダ ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 929kcal	
29	水	ご飯(たまご) チキン西京焼き 白和え ポテトサラダ ナムル 味噌汁(玉葱・ニラ) 866kcal	ご飯 豚のにんにく醤油炒め ヘルシーサラダ ゴマササミカツ 味噌汁(コボウ・人参) 851kcal	わかめご飯 きつねうどん ヘルシーサラダ ゴマササミカツ 815kcal	ご飯 ポテトと唐揚の黒胡椒炒め キューブマヨサラダ プチ芋 スープ(卵・葱) 牛乳 1230kcal	ご飯 麻婆豆腐 キューブマヨサラダ プチ芋 スープ(卵・葱) 牛乳 996kcal	
30	木	ご飯(おかか) 納豆 温泉卵 ビーフン炒め 餃子 味噌汁(大根・人参) 812kcal	ご飯 チキンマヨ焼き ミックス野菜 ミルク寒天 スープ(白菜・玉葱) 985kcal	ピリ辛炒飯 ミックス野菜 イカリング スープ(白菜・玉葱) 742kcal	ご飯 エビカツ(タルタル) グリーンサラダ 菜の花の辛子和え 味噌汁(エノキ・葱) 牛乳 979kcal	ご飯 ニラ豚炒め グリーンサラダ 菜の花の辛子和え 味噌汁(エノキ・葱) 牛乳 882kcal	
31	金	ご飯(さけ) 鯖の塩焼き 笹がき牛肉の甘辛煮 ほうれん草オムレツ ハンプキンサラダ 味噌汁(豆腐・葱) 864kcal	ご飯 牛肉の焼肉風炒め シーザーサラダ フルーツ 味噌汁(ワカメ・葱) 790kcal	ゆかりご飯 豚骨ラーメン シーザーサラダ フルーツ 751kcal	ご飯 ハンバーグ&シュウマイ コールスロー 大学芋 スープ(モヤシ・ニラ) 牛乳 1302kcal	ハヤシライス コールスロー 大学芋 スープ(モヤシ・ニラ) 牛乳 1043kcal	

※ 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。