



1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 火	ご飯(野菜) ポトフ 春雨中華サラダ アボカド パプリカ スープ(白菜・玉葱)	お粥 鶏のレモンパスタ焼き 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 チキン南蛮 温野菜 ポトフ スープ(キャベツ・人参) 牛乳				17 木	ご飯(のり佃煮) 牛肉の旨辛炒め 金平牛卵 温野菜 根菜煮 味噌汁(キャベツ・玉葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		わかめご飯 まろやか白味噌ほうとう 温野菜 洋菜缶	ご飯 豚と野菜のサムシヤン炒め キムチマヨ アボカド 味噌汁(キャベツ・人参) 牛乳	ご飯 ネギ塩豚カツ キムチマヨ アボカド 味噌汁(キャベツ・人参) 牛乳	
2 水	ご飯(わかめ) コンビーフ アボカド 豆ごぼり 高菜れんこん スープ(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 ハンバーグ & シュウマイ 温野菜 ポトフ スープ(白菜・人参) 牛乳				18 金	ロールパン(マーレト) 牛乳 ハンバーグ カレー包み揚げ ハムとじゃが芋の炒め ミックス野菜(中華ドレ) スープ(トマト・キャベツ)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		ピーラー グリーンサラダ フルーツ 味噌汁(卵・葱)	ご飯 チキンカツ シーザーサラダ 金時煮豆 スープ(ニラ・玉葱) ヨーグルト	ご飯 豚肩ロース シーザーサラダ 金時煮豆 スープ(ニラ・玉葱) ヨーグルト	
3 木	ご飯(味のり) 厚切ハンバーグ ポトフ アボカド パプリカ 根菜煮 スープ(白菜・玉葱)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 カツリチキン 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・人参) 牛乳				19 土	ご飯(のり佃煮) 鶏肉団子 インゲン豆の和え物 厚焼餅 ごま昆布 味噌汁(白菜・わかめ)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		ひじきご飯 豚キムチ炒め コーンサラダ コーンロール イカリング スープ(玉葱・人参)	ご飯 鶏と野菜のXO炒め コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	ご飯 野菜をぼろ炒め コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	センター試験
4 金	ご飯(たらこ) ハンバーグ ふんわり豆腐リング マカロニサラダ 小松菜の和え物 味噌汁(豆腐・葱)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 コンニク芽のチリソース炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(ホウレン・人参) 牛乳				20 日	ご飯(野菜) 厚切ハンバーグ 高菜れんこん アボカド ナムル 味噌汁(白菜・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		旨辛エスニックライス ハンバーグ フルーツ スープ(キャベツ・コーン)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(大豆・葱) 牛乳	肉じゃが ミックス野菜 コーンサラダ 味噌汁(大豆・葱) 牛乳	センター試験
5 土	ご飯(のり佃煮) 目玉焼き ポトフ 餃子 ごま昆布 味噌汁(白菜・わかめ)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				21 月	クロワッサン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		豆わかめご飯 チキンカツ ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
6 日	ご飯(たまご) チキン南蛮 味噌汁 味まめ コーン春雨サラダ ナムル 味噌汁(玉葱・葱)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				22 火	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
7 月	ご飯(のり佃煮) ほうれん草平焼き ハンバーグ ポトフ アボカド インゲンのゴマ和え 味噌汁(白菜・玉葱)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				23 水	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
8 火	ご飯(野菜) チリソース団子 刺身布の炒め煮 厚焼餅 五目煮豆 味噌汁(白菜・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				24 木	ご飯(味のり) ミートボール 鶏肉と野菜の旨辛炒め ほうれん草オムレツ 高菜れんこん 味噌汁(白菜・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(豆腐・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	おかわりデー
9 水	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				25 金	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	高校入試 高校休校日
10 木	ご飯(わかめ) 納豆 温野菜 ポトフ アボカド 味噌汁(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				26 土	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
11 金	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				27 日	ご飯(たまご) 鶏肉と野菜の旨辛炒め ほうれん草オムレツ 高菜れんこん 味噌汁(白菜・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	英検1次
12 土	ご飯(味のり) 鶏肉の旨辛炒め 小松菜の和え物 ポトフ アボカド 味噌汁(大豆・葱)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				28 月	クロワッサン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	開校記念日 遠歩き大会
13 日	ご飯(たらこ) 豚の生姜焼き ウインナー きんぴられんこん ポトフ アボカド 味噌汁(豆腐・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				29 火	ご飯(のり佃煮) 鶏肉の旨辛炒め ほうれん草オムレツ 高菜れんこん 味噌汁(白菜・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
14 月	クロワッサン(チョコ) 牛乳 ハンバーグ ソーセージと野菜のソテー マカロニサラダ ミックス野菜(和ドレ) スープ(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				30 水	ロールパン(チョコ) 牛乳 オムレツ ナポリタン ソーセージと野菜のソテー ミックス野菜(コーン・ピー) スープ(キャベツ・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
15 火	ご飯(たまご) ハムエッグ 鶏肉の旨辛炒め ポトフ アボカド 味噌汁(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳				31 木	ご飯(のり佃煮) 鶏肉の旨辛炒め ほうれん草オムレツ 高菜れんこん 味噌汁(白菜・人参)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)		鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	
16 水	ロールパン(チョコ) 牛乳 コンビーフ アボカド ポトフ アボカド 味噌汁(キャベツ・人参)	お粥 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ スープ(玉葱・コーン)		ご飯 鶏肉とれんこんのピリ辛煮 温野菜 ポトフ 味噌汁(チンゲン・人参) 牛乳								鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(卵・葱)	ご飯 鶏の旨辛炒め 温野菜 ポトフ 味噌汁(卵・葱)	鶏肉と野菜の和え物 コーンサラダ コーンロール イカリング 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳	

※ 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。