

日付	朝 食			昼 食			行事	日付	朝 食			昼 食			行事
	A			A					A			A			
1 木	ハヤシライス コンソメスープ マカロニサラダ	ライス 豚肉とたまごのねぎソース 焼き玉葱と香のびり辛和え グレープフルーツゼリー 大根と油揚げの味噌汁	ライス 豚肉と白菜のクリーム煮 じゃが芋の甘辛炒め キャベツの中華和え	行事	17 土	ライス 肉野菜炒め コンソメスープ マカロニサラダ	ライス とろろ汁 おろしぼん酢 小松菜のお浸し じゃが芋と大根の味噌汁(減塩)	ライス 肉団子のデミタマ煮 大根とえんどうのコンソメ煮 もやしときくらげの香味和え じゃが芋と玉葱の味噌汁(減塩)	776 kcal	660 kcal	623 kcal	776 kcal	968 kcal	935 kcal	
2 金	ハンバーグ ほうろくみそとコンのソテー 粉ふき芋 コンソメジュリアン 牛乳	ポークカレー わかめサラダ フルーツゼリー	ライス チキンの味噌マヨネーズソース 梅菜の佃煮 おくらとびり辛和え キャベツと大根の味噌汁		18 日	ライス ハンバーグ ごんぱんにゃくと蓮根のきんぴら わかめと玉葱の味噌汁(減塩)	中華丼 フライドポテト フルーツゼリー	ライス 梅しほ味噌揚げ 梅菜と油揚げの炒め 白菜と玉葱の和風和え もやしとインゴンの味噌汁(減塩)	747 kcal	913 kcal	1088 kcal	747 kcal	817 kcal	777 kcal	
3 土	ライス 肉野菜炒め 海菜のわさび和え キャベツとたまごの味噌汁	ライス ベーコンときのこのクリームスパゲティ 茄子の生姜醤油 フルーツゼリー	ライス 照り煮チキン もやしとポレンチのステーキ ハムとひじきの中華サラダ キャベツとわかめの味噌汁	憲法記念日	19 月	ハン 野菜コロッケ ほうろくみそとベーコンのソテー コンソメジュリアン 牛乳	ライス 塩ワケツメ 海菜のわさび和え ヨーグルト	ライス ピッコロメンチカツ フロッキーのガーリック炒め きゅうりとたまごのびり辛和え キャベツとわかめの味噌汁(減塩)	772 kcal	1091 kcal	657 kcal	718 kcal	851 kcal	1124 kcal	
4 日	ライス 鶏の唐揚げ コンジャガバター風味 大根と油揚げの味噌汁	イカ天婦 パン寒天ゼリー ごぼうと油揚げの味噌汁	ライス 豚しゃぶのびり辛サラダ仕立て 焼売 フロッキーのオムレツマヨ和え キャベツとたまごの味噌汁	みどりの日	20 火	ライス 鶏焼き肉団子 ごぼうの中華サラダ キャベツと油揚げの味噌汁(減塩)	ライス 明太子パスタ 梅菜おろしソテー わかめと油揚げの味噌汁(減塩)	ライス 鶏むね肉の漬け焼き ペナルティ わかめと油揚げの味噌汁(減塩)	939 kcal	942 kcal	642 kcal	949 kcal	725 kcal	649 kcal	
5 月	ハン チキンナゲット マカロニサラダ コンソメ野菜スープ 牛乳	ライス とんこつラーメン 巻餅 フチシュー	ライス 豚肉のびり辛味噌炒め キャベツと葱の炒め煮 3種の豆とポテトの辛子マヨ和え わかめと玉葱の味噌汁(減塩)	こどもの日	21 水	ハン チキンナゲット ピーマンの三色マリネ 粉ふき芋 キャベツと玉葱のスープ ヨーグルト	ライス 【梅玉ご当地】肉汁うどん きゅうりとたまごのびり辛和え フルーツゼリー(りんご・ぶどう)	ライス 牛肉のオムレツソース炒め 大根とベーコンの厚焼き スパゲティ 玉葱と油揚げの味噌汁(減塩)	575 kcal	918 kcal	623 kcal	811 kcal	1078 kcal	682 kcal	
6 火	ライス 鶏焼き肉団子 ほうろくみそとマカロニのクリーム煮 キャベツのわさび和え もやしと油揚げの味噌汁(減塩)	ケチャップオムライス 大根とツナの巻しそサラダ みかん寒天ゼリー キャベツと玉葱のスープ	ライス 鶏の唐揚げ 唐の風味 白菜とハムの炒め スイートエンドウのおかか和え	振替休日	22 木	ライス ハンバーグ ツナポテト グリーンサラダ 玉葱と油揚げの味噌汁(減塩)	ライス ミートソースパスタ 香野菜のレモンマリネ いちごゼリー	ライス 【梅菜】カラフル野菜の豚肉 菜しほほうろくみそマヨ和え 中華玉子スープ	994 kcal	765 kcal	873 kcal	781 kcal	1093 kcal	992 kcal	
7 水	ハン ウィンナー スパゲティと玉葱のサラダ 粉ふき芋 チンゲン菜とたまごの中華スープ 野菜ジュース	ライス きつねうどん 野菜かき揚げ みたらし白玉	ライス 鶏肉の生姜焼き びり辛ごんぱん キャベツのゆず和え 大根と油揚げの味噌汁(減塩)		23 金	ハン 肉入りコロッケ ほうろくみそと白菜の唐揚げ ピーマンの三色マリネ コンソメ野菜スープ 牛乳	カツカレー ポテトサラダ グレープフルーツゼリー	ライス チキンソテー 和風きのこソース キャベツとハムのコンソメソース フロッキーのおかか和え 玉葱と油揚げの味噌汁(減塩)	781 kcal	1005 kcal	606 kcal	676 kcal	778 kcal	1056 kcal	農林株式会社 中間審査発表
8 木	ライス 根菜鶏つくねハンバーグ ほうろくみそとたまごのソテー わかめスープ	鶏肉きんぴら丼 フロッキーのナムル 梅菜おろしゼリー キャベツと油揚げの味噌汁(減塩)	ライス チキンの衣揚げ デミソース 香のびり辛炒め じゃが芋のコンニャクおかか和え 大根とわかめの味噌汁(減塩)		24 土	ライス 鶏の唐揚げ ツナとフロッキーのマカロニサラダ キャベツとたまごの味噌汁(減塩)	鶏子 そばとポテトのマヨ和え フルーツゼリー 大根とわかめの味噌汁(減塩)	ライス 豚肉の唐揚げ じゃが芋のガーリック炒め 白菜とツナのポテト和え キャベツと油揚げの味噌汁(減塩)	761 kcal	849 kcal	1072 kcal	928 kcal	803 kcal	935 kcal	農林
9 金	ベーグル(チーズ) フライドチキン グリーンサラダ コンソメスープ 牛乳	ビーフカレー キャベツサラダ フルーツゼリー	ライス 1/2日分の野菜と茹で豚のあんかけ 炒り豆腐 おくらとわかめの酢の物 キャベツと玉葱の味噌汁(減塩)		25 日	ライス ピーマン肉詰めフライ 切干大根のきんぴら わかめと玉葱の味噌汁(減塩)	ウィンナーのカレーピラフ 切干大根のきんぴら 三色寒天ゼリー コンソメジュリアン	ライス ハンバーグデミグラスソース フライドポテト 蓮根と玉葱のマヨ和え 大根とわかめの味噌汁(減塩)	560 kcal	809 kcal	626 kcal	788 kcal	773 kcal	948 kcal	
10 土	ライス チーズと大葉の鶏唐揚げ にんじんのたらこ炒め キャベツとたまごの味噌汁(減塩)	ライス 和風鶏とオムレツパスタ ポテトといんげんのサラダ ヨーグルト わかめと玉葱の味噌汁(減塩)	ライス 鶏むね肉の唐おろしだれ ごんぱんやと野菜の煮物 梅菜とカリフラワーの和風和え キャベツと大根の味噌汁(減塩)		26 月	ハン ひき肉カレー グリーンサラダ マカロニサラダ 牛乳	ライス とろろ汁 ごんぱん 餃子 プリン	ライス ポークカレーBBQソース 大根の炒め煮 キャベツとオクラの塩昆布和え もやしと人参のスープ	727 kcal	964 kcal	585 kcal	845 kcal	997 kcal	606 kcal	農林 代休
11 日	ライス かぼちゃのコロッケ ひじきと切干大根のきんぴら わかめと玉葱の味噌汁(減塩)	ツナコンピラフ 野菜の佃煮 フルーツゼリー コンソメジュリアン	ライス グリルチキン サルサソース 大根のきんぴら フロッキーのカレーマヨ和え コンソメジュリアン		27 火	ライス 鶏の唐揚げ ひじきと切干大根のきんぴら 小松菜のお浸し 大根とわかめの味噌汁(減塩)	ライス フルコギョウ丼 茄子の炒り醤油 鶏皮ピーゼリー わかめスープ	ライス 鶏肉と野菜のビーフン わかめと玉葱の中華和え コンソメジュリアン	804 kcal	712 kcal	1065 kcal	879 kcal	840 kcal	638 kcal	代休
12 月	ハン チキンナゲット マカロニサラダ コンソメスープ コンソメジュリアン 野菜ジュース	ライス 鶏もも肉のこがし味噌焼き 餃子 ヨーグルト もやしと人参のスープ	ライス ささみマヨかつ 梅しほパスタ 大根とツナのおかか和え キャベツと油揚げの味噌汁(減塩)		28 水	ハン チキンナゲット ほうろくみそと人参のソテー コンソメスープ 牛乳	ライス 鶏肉の塩昆布ソース ポテトの梅菜バター風味 玉葱のソテー 大根と油揚げの味噌汁(減塩)	ライス 鶏肉の塩昆布ソース ポテトの梅菜バター風味 玉葱のソテー 大根と油揚げの味噌汁(減塩)	779 kcal	792 kcal	1139 kcal	798 kcal	899 kcal	678 kcal	愛楽DAY
13 火	ライス 鶏の唐揚げ 鶏しほのコールローサラダ 小松菜のおかか和え キャベツとわかめの味噌汁(減塩)	ライス 豚肉と葱の炒め もやしとほうろくみそナムル 鶏肉のソテー コンソメジュリアン	ライス 鶏の唐揚げオーロラソース ポテトの梅菜バター風味 玉葱のソテー 大根と油揚げの味噌汁(減塩)		29 木	ライス 根菜鶏つくねハンバーグ ウィンナーと野菜のソテー 大根とわかめの味噌汁(減塩)	ライス きんぴら焼肉 おくらとえんどうのお浸し グレープフルーツゼリー	ライス 鶏のからあげ 豚肉とインゴンの味噌炒め 梅菜と人参のおかか和え キャベツとたまごの味噌汁(減塩)	854 kcal	631 kcal	1172 kcal	802 kcal	906 kcal	907 kcal	
14 水	ハン ウィンナー 白菜と焼肉の炒め煮 グリーンサラダ わかめスープ 牛乳	ライス 豚汁うどん 野菜かき揚げ 鶏皮ピーゼリー	ライス 豚ロース味噌焼き そぼろ肉じゃが きゅうりと和風ピクルス 大根と油揚げの味噌汁(減塩)		30 金	ハン フライドチキン コンソメスープ コンソメジュリアン 牛乳	ポークカレー ピーンズサラダ オレシ	ライス 鶏の唐揚げ きんぴらごぼろ ピーマンの中華和え 巻餅とわかめのすまし汁	748 kcal	989 kcal	1009 kcal	569 kcal	854 kcal	1043 kcal	
15 木	ライス 野菜コロッケ フレンチサラダ マカロニサラダ わかめと玉葱の味噌汁(減塩)	ライス キャベツとベーコンのペペロンチーノ 大根の佃煮和え さつま芋ダイオウ キャベツと油揚げの味噌汁(減塩)	ライス 豚肉と香のびり辛オムレツソース 大豆の甘辛炒め さつま芋ダイオウ 大根と油揚げの味噌汁(減塩)		31 土	ライス ハンバーグ ハムとフロッキーのマヨソース じゃが芋とわかめの味噌汁(減塩)	ライス タイ風 鶏肉の生姜炒め ポテトとアボカドの辛子マヨ和え パン寒天ゼリー キャベツと玉葱のスープ	ライス 豚肉と葱の唐揚げ 水菜のおかか和え にらとたまごの辛子醤油 わかめと油揚げの味噌汁(減塩)	817 kcal	1263 kcal	1050 kcal	759 kcal	789 kcal	1060 kcal	
16 金	ハン 一口つねの照り焼き レモンコンソメ コンソメジュリアン 牛乳	ハヤシライス グリーンサラダ バナナ	ライス 唐揚げの香味ソース さつま芋と大根の煮物 キャベツとチヤージュの中華和え もやしとわかめの味噌汁(減塩)						702 kcal	771 kcal	985 kcal				

※国旗が表示してい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覚えながら食事を提供いたします。