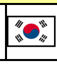
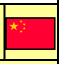
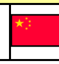
6月分献立

※ 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	土	ご飯 レンコンの肉詰め 厚切ハムステーキ コーン春雨サラダ 付合せ　漬物 味噌汁(豆腐・葱) 809kcal	ご飯 ハンバーグ&春巻き シーザーサラダ 白桃缶 スープ(玉葱・人参) 990kcal	クリームスパゲティー シーザーサラダ ハムマヨ玉子フライ スープ(玉葱・人参) 701kcal	ご飯 油淋鶏 コールスロー 菜種和え 味噌汁(大根・揚) 牛乳 1063kcal	ご飯 ムーシーロー コールスロー 菜種和え 味噌汁(大根・揚) 牛乳 913kcal	中学地区体
2	日	ご飯 ミートオムレツ 黒酢肉団子 インゲンの和え物 付合せ　漬物 味噌汁(キャベツ・人参) 803kcal	ご飯 鶏と卵のさっぱり炒め コーンサラダ 杏仁フルーツ スープ(モヤシ・コーン) 785kcal	カツ丼 コーンサラダ 杏仁フルーツ スープ(モヤシ・コーン) 972kcal	ご飯 鯖の塩焼き ヘルシーサラダ オニオンリング 味噌汁(白菜・人参) 牛乳 1039kcal	ご飯 牛肉と野菜のオイスター炒め ヘルシーサラダ オニオンリング 味噌汁(白菜・人参) 牛乳 1023kcal	英検1次
3	月	クロワッサン(チョコ) ミックス野菜(和ドレ) ボイルウインナー フライドポテト スープ(キャベツ・玉葱) 牛乳 1011kcal	ご飯 鶏のガーリックペッパー焼き ミックス野菜 ミニエビカツ 味噌汁(麩・葱) 1066kcal	ゆかりご飯 野菜いっぱい味噌ラーメン ミックス野菜 ミニエビカツ 1083kcal	ご飯 メンチカツ(ソース) キューブマヨサラダ 小松菜の和え物 スープ(キクラゲ・人参) ヨーグルト 989kcal	ご飯 ごま味噌炒め肉豆腐 キューブマヨサラダ 小松菜の和え物 スープ(キクラゲ・人参) ヨーグルト 1044kcal	中間考査①
4	火	他人丼 マカロニサラダ フィッシュソーセージフライ 849kcal	ご飯 旨塩焼肉 グリーンサラダ 目玉焼きフライハーフ 味噌汁(ワカメ・葱) 876kcal	ピリ辛炒飯 グリーンサラダ 目玉焼きフライハーフ 味噌汁(ワカメ・葱) 820kcal	ご飯 唐揚ノルウェー風 シーザーサラダ 青梗菜の辛子和え スープ(卵・ニラ) 牛乳 1120kcal	ご飯 鶏肉のバーベキュー炒め シーザーサラダ 青梗菜の辛子和え スープ(卵・ニラ) 牛乳 904kcal	中間考査②
5	水	ロールパン(苺ジャム) ミックス野菜(中華ドレ) フライドチキン 大豆とツナの野菜ソテー 具沢山スープ 牛乳 933kcal	ご飯 鶏肉の柚子胡椒炒め コールスロー 洋梨缶 味噌汁(大根・揚) 805kcal	鮭ご飯 かき揚げそば コールスロー 洋梨缶 982kcal	ご飯 筍天とフリッターの香酢ソース コーンサラダ 金時煮豆 スープ(モヤシ・人参) ヨーグルト 968kcal	ご飯 韓国風すき煮 コーンサラダ 金時煮豆 スープ(モヤシ・人参) ヨーグルト  917kcal	中間考査③
6	木	ご飯(わかめ) 納豆 ビーフン炒め 温泉卵 アジフライ　漬物 味噌汁(白菜・人参) 850kcal	ご飯 豚カツ(おろし) ヘルシーサラダ マンゴープリン スープ(卵・ニラ) 889kcal	麻婆丼 ヘルシーサラダ マンゴープリン スープ(卵・ニラ) 753kcal	ご飯 鯖竜田の野菜あんかけ ミックス野菜 インゲンの和え物 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 1001kcal	ご飯 牛肉とモヤシのピリ辛炒め ミックス野菜 インゲンの和え物 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 990kcal	
7	金	ロールパン ミックス野菜(青じそ) エビカツ　牛乳 卵サラダ リンゴゼリー スープ(キャベツ・人参) 1028kcal	ご飯 照焼きハンバーグ キューブマヨサラダ フライドポテト 味噌汁(ホウレン・人参) 998kcal	わかめご飯 サンラータンメン キューブマヨサラダ フライドポテト 1048kcal	ご飯 鶏肉のレモンペッパー焼き グリーンサラダ 大学芋 スープ(チンゲン・コーン) ヨーグルト 1080kcal	チキンカレー グリーンサラダ 大学芋 スープ(チンゲン・コーン) ヨーグルト 1028kcal	
8	土	ご飯 いわし甘露煮 パンプキンサラダ ラビオリ風フライ 付合せ　漬物 味噌汁(大根・揚) 853kcal	ご飯 チンジャオロース シーザーサラダ フルーツミックス スープ(白菜・人参)  742kcal	オムライスコロッケのせデミ シーザーサラダ フルーツミックス スープ(白菜・人参) 923kcal	ご飯 のびチーメンチ&春巻き コールスロー 春雨のマヨ和え 味噌汁(卵・ニラ) 牛乳 1194kcal	ご飯 鶏じゃが コールスロー 春雨のマヨ和え 味噌汁(卵・ニラ) 牛乳 993kcal	中学地区大会①
9	日	ご飯(のりごま) 牛肉の甘辛炒め煮 菜の花和え 付合せ 具沢山味噌汁 漬物 832kcal	ご飯 チキン竜田(オーロラ) コーンサラダ フルーツ スープ(ワカメ・葱) 925kcal	ひじきご飯 肉うどん コーンサラダ フルーツ 966kcal	ご飯 お好み焼き ヘルシーサラダ コロッケ 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1209kcal	ご飯 八宝菜 ヘルシーサラダ コロッケ 味噌汁(エノキ・人参) 牛乳 1150kcal	中学地区大会② 買物バス
10	月	クロワッサン(チョコ) ミックス野菜(コールスロー) ボイルウインナー フライドポテト スープ(白菜・人参) 牛乳 1068kcal	ご飯 粗切メンチカツ ミックス野菜 ミルク寒天 味噌汁(ゴボウ・葱) 1047kcal	豚キムチビビンバ丼 ミックス野菜 ミルク寒天 味噌汁(ゴボウ・葱) 993kcal	ご飯 鶏の照り煮 キューブマヨサラダ ソーセージ風天 スープ(キャベツ・人参) ヨーグルト 1084kcal	ご飯 牛肉の四川炒め キューブマヨサラダ ソーセージ風天 スープ(キャベツ・人参) ヨーグルト 934kcal	中学地区大会③
11	火	ご飯 クリームシチュー 付合せ シュウマイ 936kcal	ご飯 豚の唐揚げ グリーンサラダ パイン缶 スープ(モヤシ・人参) 941kcal	わかめご飯 塩ラーメン グリーンサラダ パイン缶 802kcal	ご飯 エビカツ シーザーサラダ 青梗菜のツナ和え 味噌汁(卵・ニラ) 牛乳 994kcal	ご飯 豚のにんにく醤油炒め シーザーサラダ 青梗菜のツナ和え 味噌汁(卵・ニラ) 牛乳 909kcal	4年新入生研修 いのちのレッスン6年
12	水	ロールパン ミックス野菜(ゴマドレ) 照焼チキン　牛乳 ポテトサラダ プリン スープ(モヤシ・コーン) 913kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め コールスロー チキンナゲット 味噌汁(白菜・人参) 889kcal	ビーフカレー コールスロー チキンナゲット 味噌汁(白菜・人参) 1044kcal	ご飯 ビーフカツ(ソース) コーンサラダ ほうれん草の和え物 スープ(玉葱・ベーコン) ジョア 954kcal	ご飯 鶏と野菜のXO醤炒め コーンサラダ ほうれん草の和え物 スープ(玉葱・ベーコン) ジョア 842kcal	
13	木	ご飯 コンビネーションオムレツ カレー包み揚げ 畑のお肉すき焼風 付合せ　漬物 味噌汁(ゴボウ・葱) 801kcal	ご飯 鰆のマヨ焼き ヘルシーサラダ イカリング スープ(卵・ニラ) 944kcal	ペペロンチーノ ヘルシーサラダ イカリング スープ(卵・ニラ) 804kcal	ご飯 秋刀魚フライ ミックス野菜 プチ芋 味噌汁(大根・揚) 牛乳 1073kcal	ご飯 ニラ豚炒め ミックス野菜 プチ芋 味噌汁(大根・揚) 牛乳 955kcal	いのちのレッスン5年
14	金	ロールパン(マーマレード) ミックス野菜(和ドレ) 鶏の唐揚げ ソーセージと野菜のソテー スープ(人参・玉葱) 牛乳 937kcal	ご飯 プルコギ風 キューブマヨサラダ みつ豆 味噌汁(厚揚・葱) 871kcal	チキン竜田丼 キューブマヨサラダ みつ豆 味噌汁(厚揚・葱) 1055kcal	ご飯 酢鶏 グリーンサラダ フルーツ スープ(白菜・コーン) ヨーグルト 1006kcal	ハヤシライス グリーンサラダ フルーツ スープ(白菜・コーン) ヨーグルト 836kcal	高校四国総体①
15	土	ご飯 ハンバーグ 半熟目玉焼き シュウマイ 付合せ　漬物 味噌汁(豆腐・人参) 802kcal	ご飯 コロッケ&アジフライ シーザーサラダ 黄桃缶 スープ(菜の花・人参) 821kcal	ゆかりご飯 豚キムチラーメン シーザーサラダ 黄桃缶 902kcal	ご飯 ハンバーグ(デミソース) コールスロー ミニコロッケ 味噌汁(卵・ニラ) 牛乳 1143kcal	ご飯 豚の甘辛炒め コールスロー ミニコロッケ 味噌汁(卵・ニラ) 牛乳 1072kcal	高校四国総体②
16	日	ご飯 いわしフライ 鶏つくね団子 ひじきと枝豆の煮物 付合せ 味噌汁(キャベツ・エノキ) 804kcal	ご飯 チキンのハニービネガーマスタードソース コーンサラダ パンプキンサラダ スープ(チンゲン・人参) 1038kcal	五目炒飯 コーンサラダ ミニメンチカツ スープ(チンゲン・人参) 810kcal	ご飯 肉団子のトマト煮込み ヘルシーサラダ ゴマササミカツ 味噌汁(麩・葱) 牛乳 1177kcal	ご飯 豚肉のさっぱり炒め ヘルシーサラダ ゴマササミカツ 味噌汁(麩・葱) 牛乳 1011kcal	高校四国総体③ 日本留学試験
17	月	クロワッサン(チョコ) ミックス野菜(ゴマドレ) ボイルウインナー フライドポテト スープ(ワカメ・ゴマ) 牛乳 1079kcal	ご飯 豚肉と厚揚のキムチ炒め ミックス野菜 オニオンリング 味噌汁(豆腐・葱) 911kcal	鮭ご飯 月見うどん ミックス野菜 オニオンリング 948kcal	ご飯 ニンニク芽のチリソース炒め キューブマヨサラダ 小松菜のゴマ和え スープ(玉葱・ベーコン) ヨーグルト 1098kcal	ご飯 肉じゃが キューブマヨサラダ 小松菜のゴマ和え スープ(玉葱・ベーコン) ヨーグルト 880kcal	
18	火	ご飯(さけ) 納豆 ビーフン炒め 温泉卵　漬物 ササミチーズフライ 味噌汁(白菜・揚) 856kcal	ご飯 鶏のバジル焼き グリーンサラダ エビカツ(ミニ) スープ(チンゲン・人参) 1013kcal	親子丼 グリーンサラダ エビカツ(ミニ) スープ(チンゲン・人参) 804kcal	ご飯 肉豆腐 シーザーサラダ ポテトサラダ 味噌汁(エノキ・葱) 牛乳 900kcal	シュリンプカレー シーザーサラダ ハッシュドポテト 味噌汁(エノキ・葱) 牛乳 980kcal	
19	水	ロールパン ミックス野菜(マヨネーズ) 焼きそば 卵サラダ プリン　牛乳 スープ(菜の花・玉葱) 904kcal	ご飯 鯖の竜田揚げ コールスロー マンゴープリン 味噌汁(大根・揚) 837kcal	ご飯 豚キムチ炒め コールスロー マンゴープリン 味噌汁(大根・揚) 887kcal	ご飯 タンドリーチキン コーンサラダ ミニコロッケ スープ(キャベツ・人参) ヨーグルト 1121kcal	ご飯 回鍋肉 コーンサラダ ミニコロッケ スープ(キャベツ・人参) ヨーグルト  866kcal	
20	木	牛丼 付合せ フィッシュソーセージフライ 830kcal	ご飯 揚鶏の香味ソース ヘルシーサラダ フルーツミックス スープ(白菜・人参) 917kcal	肉炒飯 ヘルシーサラダ フルーツミックス スープ(白菜・人参) 801kcal	ご飯 メンチカツ(おろし) ミックス野菜 菜の花の辛子和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 1007kcal	ご飯 鶏と野菜のガーリック炒め ミックス野菜 菜の花の辛子和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 937kcal	
21	金	ロールパン(リンゴ) ミックス野菜(和ドレ) フライドチキン ハムとじゃが芋の炒め 具沢山スープ 牛乳 842kcal	ご飯 筍天と豚唐揚の香酢ソース キューブマヨサラダ 洋梨缶 味噌汁(大根・揚) 896kcal	ひじきご飯 たぬきそば キューブマヨサラダ 洋梨缶 1039kcal	ご飯 チキン南蛮 グリーンサラダ 蒸鶏とキャベツの和え物 スープ(エノキ・人参) ヨーグルト 1010kcal	ご飯 ねぎ塩豚カツ グリーンサラダ 蒸鶏とキャベツの和え物 スープ(エノキ・人参) ヨーグルト 912kcal	
22	土	ご飯 鶏の照焼き 厚焼卵 餃子　パリパリグルメ 付合せ　漬物 味噌汁(ワカメ・葱) 1006kcal	ご飯 手作り唐揚げ シーザーサラダ 白桃缶 スープ(玉葱・コーン) 893kcal	わかめご飯 スタミナにんにくラーメン シーザーサラダ 白桃缶 868kcal	ご飯 チーズハンバーグ コールスロー フルーツ 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 1159kcal	牛すじカレー コールスロー フルーツ 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 1094kcal	保護者研修会 授業参観(1～5年) 6年進路相談
23	日	ご飯 ミートボール 丸天煮　パンプキンサラダ きんぴられんこん 付合せ　漬物 味噌汁(白菜・キャベ) 955kcal	豆わかめご飯 冷やし中華 コーンサラダ 杏仁フルーツ 898kcal	唐揚てりマヨ丼 コーンサラダ 杏仁フルーツ スープ(モヤシ・ニラ) 1084kcal	ご飯 鰤の照焼き ヘルシーサラダ 青梗菜のワサビ和え 味噌汁(ゴボウ・葱) 牛乳 1084kcal	ご飯 牛肉の焼肉風炒め ヘルシーサラダ 青梗菜のワサビ和え 味噌汁(ゴボウ・葱) 牛乳 917kcal	面談予備日(1～6年) TOEIC（岡山） 買物バス
24	月	クロワッサン(チョコ) ミックス野菜(中華ドレ) ボイルウインナー フライドポテト スープ(玉葱・コーン) 牛乳 1013kcal	ご飯 鶏の甘酢あんかけ ミックス野菜 黄桃缶 スープ(筍・ニラ) 1001kcal	旨辛エスニックライス ミックス野菜 黄桃缶 スープ(筍・ニラ) 806kcal	ご飯 コロッケ&春巻き キューブマヨサラダ インゲンのゴマ和え 味噌汁(エノキ・葱) ヨーグルト 981kcal	ご飯 里芋と牛肉の旨煮 キューブマヨサラダ インゲンのゴマ和え 味噌汁(エノキ・葱) ヨーグルト 960kcal	
25	火	ご飯(味付のり) 納豆 ビーフン炒め 温泉卵 さよりフライ 味噌汁(モヤシ・人参) 830kcal	ご飯 ビーフカツ(おろし) グリーンサラダ スパゲティーサラダ スープ(玉葱・コーン) 909kcal	ミートスパゲティー グリーンサラダ コロッケ スープ(玉葱・コーン) 808kcal	ご飯 ポテトと唐揚の黒胡椒炒め マカロニソテー パイン缶 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 1213kcal	ご飯 梅薫るしゃぶしゃぶ マカロニソテー パイン缶 味噌汁(豆腐・葱) 牛乳 1099kcal	
26	水	ロールパン(苺&マーガリン) ミックス野菜(コールスロー) チーズオムレツ 鶏つくね団子 ポトフ 牛乳 839kcal	ご飯 鶏肉のトマトポン酢 コールスロー 目玉焼きフライハーフ 味噌汁(白菜・人参) 1070kcal	中華丼 コールスロー 目玉焼きフライハーフ 味噌汁(白菜・人参) 862kcal	ご飯 鯖の味噌煮 コーンサラダ ゴマササミカツ スープ(キャベツ・人参) ヤクルト 926kcal	ご飯 豚のにんにく醤油炒め コーンサラダ ゴマササミカツ スープ(キャベツ・人参) ヤクルト 890kcal	
27	木	ご飯 朝カレー 付合せ 鶏の唐揚げ 1120kcal	ご飯 ハンバーグ&のびチーメンチ ヘルシーサラダ ミルク寒天 スープ(卵・葱) 1017kcal	ゆかりご飯 野菜いっぱい塩ラーメン ヘルシーサラダ ミルク寒天 956kcal	ご飯 鶏肉と根菜のチリマヨ ミックス野菜 ほうれん草のゴマ和え 味噌汁(麩・葱) 牛乳 1323kcal	ご飯 スタミナちゃんこ風 ミックス野菜 ほうれん草のゴマ和え 牛乳 1049kcal	
28	金	ロールパン ミックス野菜(マヨネーズ) コロッケ　牛乳 ゆで卵 リンゴゼリー スープ(エノキ・葱) 900kcal	ご飯 豚肉と野菜のサムジャン炒め キューブマヨサラダ ミニメンチカツ 味噌汁(小松菜・揚) 952kcal	スープ炒飯 キューブマヨサラダ ミニメンチカツ 味噌汁(小松菜・揚) 902kcal	ご飯 鶏竜田のワサビ風味あん グリーンサラダ 青梗菜の和え物 スープ(玉葱・ベーコン) ヨーグルト 983kcal	ご飯 野菜そぼろ炒め グリーンサラダ 青梗菜の和え物 スープ(玉葱・ベーコン) ヨーグルト 839kcal	
29	土	ご飯 鯖の塩焼き レンコンの肉詰め コーン春雨サラダ 付合せ　漬物 味噌汁(白菜・揚) 808kcal	ご飯 豚カツ(ソース) シーザーサラダ パイン缶 スープ(モヤシ・コーン) 820kcal	鮭ご飯 きつねうどん シーザーサラダ パイン缶 894kcal	ご飯 チキンマヨ焼き コールスロー ハムカツ 味噌汁(ワカメ・葱) 牛乳 1224kcal	ご飯 麻婆豆腐 コールスロー ハムカツ 味噌汁(ワカメ・葱) 牛乳 1033kcal	
30	日	ご飯(たらこ) 豚の生姜焼き ほうれん草の和え物 付合せ 具沢山味噌汁 漬物 810kcal	ご飯 手作りかき揚げ コーンサラダ フルーツ スープ(卵・葱) 756kcal	ポークカレー コーンサラダ フルーツ スープ(卵・葱) 868kcal	ご飯 厚揚と豚肉の味噌炒め ヘルシーサラダ 大学芋 味噌汁(エノキ・ニラ) 牛乳 1129kcal	ご飯 牛肉とレンコンのピリ辛煮 ヘルシーサラダ 大学芋 味噌汁(エノキ・ニラ) 牛乳 1099kcal	英検2次

※ 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。