

日付	朝食	昼食	夕食	行事	日付	朝食	昼食	夕食	行事	
	A	A	A			A	A	A		
1 金	パン フライドチキン 海藻中華サラダ ポテトサラダ ミネストローネ 牛乳 827 kcal	ライス 麻婆春雨 野菜の花のお浸し チーズ入り芋もち 玉葱と人参の中華スープ 1018 kcal	ライス スパイスケイジャンチキン いんげんのゴマ塩和え ヨーグルト(アロエ) 白菜とお麩の味噌汁 1045 kcal		17 日	ライス ポークウィンナー 彩野菜ソテー ごぼうサラダ わかめと大根の味噌汁 938 kcal	ライス 味噌とかつ 韓国風お好み焼き キャベツともやしの磯香和え 根菜汁 963 kcal	ライス チキンのチリソース 海藻の中華サラダ ごま団子 玉葱と人参のスープ 1037 kcal		
2 土	ライス 豚肉とキャベツの味噌炒め 白菜とツナの柚子風味 フロッキーのチーズサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 807 kcal	ライス 鶏のから揚げ ポテトの明太ソース もやしとひじきのナムル 豆腐とわかめの味噌汁 967 kcal	ライス 豚キムチ炒め 白身魚フライ コーンとエンドウのマヨソース 青梗菜と玉葱のスープ 976 kcal	県外入試	18 月	パン クリームシチュー 野菜コロッケ グリーンサラダ 野菜ジュース 732 kcal	ライス 鶏の焼肉炒め いんげん柚子しょうゆ おさつスティック 小松菜と大根の味噌汁 1071 kcal	ライス ハンバーグ ジンジャーソース コーンサラダ フライドポテト ほうれん草と人参のスープ 923 kcal		
3 日	ライス アジの塩焼き 納豆 切干大根 じゃがいもともやしの味噌汁 799 kcal	ライス カルボナーラ コロッケ マスカットゼリー 洋野菜スープ 1251 kcal	ライス 豚肉の中華炒め ごま団子 小松菜としめじのおかか和え キャベツと人参の中華スープ 914 kcal	日本語能力試験	19 火	ライス 厚揚げの五目野菜炒め ピーマンのごま和え えのきとわかめの味噌汁 766 kcal	ライス 豚バラ塩ラーメン 春雨と胡瓜の中華和え物 大根のそぼろあん ヨーグルト(いちご・ブルーベリー) 1050 kcal	ライス 豚肉の甘酢炒め 春雨と胡瓜の中華和え物 大根のそぼろあん 白菜の中華スープ 995 kcal		
4 月	パン きのこスクランブルエッグ ベーコンとピーマンのソテー バナナ 玉葱とコーンのスープ 牛乳 833 kcal	ライス 豚バラと豆腐のトマト旨煮 青梗菜ともやしの炒め フルーツカクテル キャベツと人参のコンソメスープ 948 kcal	ライス 鶏の唐揚げ ごぼうの中華サラダ インゲンの胡麻マヨ和え お麩となめこの味噌汁 1042 kcal		20 水	パン ミックススクランブル ミートソースバグティ さつま芋サラダ 玉葱とコーンのスープ 牛乳 783 kcal	鶏天丼 キャベツのゆかり和え 海藻のわかび和え おつゆとほうれん草の味噌汁 862 kcal	ライス サーモンのねぎ味噌焼き 人参ともやしのナムル 揚げ茄子の薬味ソース 油揚げとわかめの味噌汁 866 kcal		
5 火	ライス 肉野菜炒め 一口つね 焼き餃子 納豆(温泉卵休売の為) 小松菜ともやしの味噌汁 876 kcal	ライス とんこつラーメン ハンバーグ トマトソース フライドポテト 花野菜のコンソメ煮 キャベツと玉葱のスープ 908 kcal	ライス ハンバーグ トマトソース フライドポテト 花野菜のコンソメ煮 キャベツと玉葱のスープ 1045 kcal	期末考査	21 木	チキンカレー マカロニサラダ オニオンサラダ ヨーグルト(プレーン) 908 kcal	ライス 豚汁 白身魚フライ 白菜の磯香和え フルーツゼリー 846 kcal	ライス 鶏肉の和風野菜炒め 青梗菜のごま和え たいやき 小松菜と玉葱の味噌汁 1048 kcal		
6 水	パン チキンナゲット 温野菜サラダ ピーマンのツナ和え コーンスープ 牛乳 701 kcal	ライス チーズと大葉の竜田揚げ ごぼうとひじきのサラダ 菜の花のお浸し わかめスープ 880 kcal	ライス ハムカツ おくらのおかか和え 蒸し鶏のハンバーグソース じゃが芋と人参の味噌汁 884 kcal	期末考査	22 金	パン 牛肉コロッケ えんどう豆の中華和え バナナ コーンスープ 牛乳 851 kcal	和風マーボ豆腐丼 キャベツともやしのナムル ほうれん草のしらすポン酢 わかめと玉葱の中華スープ 866 kcal	ライス 蒸し鶏の胡麻ソースかけ 白菜とハムの炒め いんげんのおかか和え チンゲン菜と人参の中華スープ 1027 kcal		
7 木	ハヤシライス ポテトサラダ コーンサラダ 野菜ジュース 981 kcal	ライス けんちんうどん レンコンはさみ天ぷら もやしとメンマの中華和え バナナムース 901 kcal	ライス 鶏チャーシュー 白滝ときこのピリ辛炒め 厚揚げと野菜の煮物 玉子スープ 946 kcal	期末考査	23 土	ライス 照り焼きつくね オクラのごま和え 出汁巻き玉子 じゃが芋とわかめの味噌汁 881 kcal	鶏そぼろ炒飯 焼売 蒸し鶏と胡瓜の中華和え チンゲン菜と大根の中華スープ 882 kcal	ライス 豚肉の南蛮焼き 小松菜としめじの柚子風味 五目豆 白菜と巻きたの味噌汁 952 kcal		
8 金	パン 牛肉コロッケ ほうれん草とベーコンのソテー オレシ ミックスベジコンソメスープ 牛乳 790 kcal	ジャンバラヤ わかめと大根のさっぱり和え 韓国風お好み焼き 白菜のピリ辛スープ 881 kcal	ライス ポークグリル パーベキューソース イカとフロッキーのペペロンチーノ 枝豆コーンマヨ 玉葱と人参のコンソメスープ 1054 kcal	期末考査	24 日	ライス 鯨の塩焼き ひじきと切干大根のきんぴら ほうれん草のおかか和え キャベツともやしの味噌汁 678 kcal	ライス スパゲッティ ナポリタン ミートコロッケ グリーンサラダ スライスアスパラ 洋野菜スープ 1033 kcal	ライス ローストチキンレッグ 彩りポテトサラダ スパゲッティアラビアータ ケーキ 725 kcal		
9 土	ライス サバの塩焼き 納豆 三色煮浸し えのきとわかめの味噌汁 880 kcal	ライス チキンのきのこクリームソース グリーンサラダ コーンとポテトのピーナツ和え マカロニのカレー風味スープ 898 kcal	ライス 豚肉ときくらげの卵炒め シュウマイ 玉葱と春雨のピリ辛和え わかめスープ 980 kcal		25 月	パン ミートボール ピーマンのソテー マカロニサラダ わかめスープ 牛乳 686 kcal	オムライス もやしとハムの中華風 オニオンサラダ キャベツと人参の中華スープ 664 kcal	ライス 鶏肉と野菜のうま煮 ワカメと白菜のしそ和え メンチカツ 大根と小松菜の味噌汁 1130 kcal		
10 日	ライス 根菜鶏つくねハンバーグ キャベツとツナのうま塩サラダ フライドポテト 油揚げと玉葱の味噌汁 888 kcal	ライス 茄子のトマトソースパスタ 白身魚フライ 愛玉子(オウゴンウチイ) コーンスープ 990 kcal	ライス 鶏肉のうま味噌炒め ひじきと大豆の煮物 きのこ炒め ほうれん草と大根の中華スープ 924 kcal		26 火	ライス 豆腐ハンバーグ 野菜ジュース エンドウ豆のマヨ和え 油揚げとえのきの味噌汁 950 kcal	ライス タンメン 焼き餃子 ごぼうとひじきのサラダ ジョア 958 kcal	ライス 五目中華炒め チキンナゲット キャベツの塩ナムル わかめスープ 956 kcal		
11 月	パン フライドチキン チップスサラダ マカロニと野菜のイタリアン和え ポテトと人参のスープ 牛乳 764 kcal	ライス 豚肉と根菜の甘辛きんぴら もずく酢 お豆といんげんのサラダ コンソメジュリアン 935 kcal	ライス 揚げ餃子の四川ソース 野菜の中華炒め オレシ 白菜ときくらげの中華スープ 853 kcal	集中授業	27 水	パン フライドチキン ミックスベジソテー コーンスープ 牛乳 736 kcal	鶏肉きんぴら丼 レンコンのはさみ揚げ チンゲン菜としめじの中華和え 白菜のピリ辛スープ 963 kcal	ライス アジフライ 緑黄色野菜のおかか和え 和風ペンネ じゃが芋と人参の味噌汁 890 kcal		
12 火	ライス さわらの塩焼き 小松菜のごま和え はすのきんぴら キャベツと油揚げの味噌汁 778 kcal	ライス ちゃんぽん 焼売 チンゲン菜の胡麻ポン酢 ヨーグルト 949 kcal	ライス 鶏の唐揚げ 大根とえんどうのコンソメ煮 もやしと人参のごま塩和え 豆腐とわかめの味噌汁 849 kcal	集中授業	28 木	ライス ねぎ塩豚丼 グリーンサラダ バナナ 野菜ジュース 1462 kcal	ライス ポーク焼肉の胡麻だれ おくらのお浸し スパゲッティサラダ なめこと豆腐の味噌汁 1039 kcal	ライス スパイスケイジャンチキン かぼちゃとベーコンの和風煮 ほうれん草と玉葱のソテー マカロニと野菜のスープ 1060 kcal		
13 水	パン ベーコンと野菜のソテー 玉子サラダ かぼちゃコロッケ 洋野菜スープ 牛乳 966 kcal	チリコンカン(豚挽肉と豆のトマト煮丼) オクラの塩昆布和え 人参と玉子の炒め 小松菜と大根のスープ 936 kcal	ライス タンダーチキン ペンネナポリタン フロッキーの青煮 コーンスープ 882 kcal	集中授業	29 金	パン ミートオムレツ ウィンナー 野菜のソテー ミネストローネ 牛乳 715 kcal	ライス ハンバーグ デミグラスソース フライドポテト ヨーグルト(アロエ) 洋野菜スープ 964 kcal	チキンカレー コーンサラダ ツナの胡麻ポン酢 898 kcal		
14 木	豚丼 グリーンサラダ しらすとワカメの酢の物 ヨーグルト(いちご・ブルーベリー) 847 kcal	ライス 豚肉と野菜のオイスター焼きそば キャベツのピーナツ和え たいやき わかめスープ 810 kcal	ライス 鶏の七味焼き チンゲン菜ともやしのナムル 切干大根の煮物 白菜と玉葱の味噌汁 915 kcal	集中授業	30 土	ライス ほっけの塩焼き 納豆 きんぴらごぼう キャベツと油揚げの味噌汁 776 kcal	ライス 麻婆野菜炒め 焼売 蒸し鶏の梅和え チンゲン菜と大根の中華スープ 860 kcal	ライス いか天ぷら 和風ソース きのこのペンネ 切干大根の中華和え ほうれん草と玉葱のスープ 888 kcal		
15 金	パン チキンカツ 茹で野菜のサラダ ほうれん草とマカロニソテー ズッキーニと人参のスープ 牛乳 737 kcal	ポークカレー ピーナスサラダ ごぼうツナマヨ ヤクルト 960 kcal	ライス 鯖の生姜煮 里芋の揚げ出し 大根の梅和え えのきと小松菜の味噌汁 978 kcal	終業式	31 日	ライス 豚焼肉 三色豆 白菜のおひたし もやしとわかめの味噌汁 837 kcal	ライス ササミしそ巻きフライ ズッキーニと玉葱のソテー フロッキーとコーンのマヨソース ポテトと人参のスープ 952 kcal	ライス 鶏と野菜のビーフン炒め 野菜コロッケ 海藻のさっぱり和え 小松菜とお麩の味噌汁 1246 kcal		
16 土	ライス 照焼肉団子 小松菜とコーンの炒め 粉ふき芋 玉葱と油揚げの味噌汁 892 kcal	ライス 鶏の唐揚げ 明太マヨソース ベーコンとピーマンのソテー 黄桃ダイス 豆腐とわかめの味噌汁 1052 kcal	ライス 豚の生姜焼き ツナとエンドウ豆のサラダ 白菜といかの酢味噌かけ 洋野菜スープ 923 kcal							

※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。