

令和4年

## 《 8 月 舎 食 献 立 予 定 表 》

青森県立青森聾学校

|    |   | 朝 食 | 昼 食 | 夕 食 |    |   | 朝 食                                               | 昼 食                                                      | 夕 食                                                      |
|----|---|-----|-----|-----|----|---|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 1  | 月 |     |     |     | 16 | 火 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 2  | 火 |     |     |     | 17 | 水 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 3  | 水 |     |     |     | 18 | 木 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 4  | 木 |     |     |     | 19 | 金 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 5  | 金 |     |     |     | 20 | 土 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 6  | 土 |     |     |     | 21 | 日 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 7  | 日 |     |     |     | 22 | 月 |                                                   |                                                          | なすのスパゲティミートソース<br>なるとのスープ<br>ブロッコリーとコーンのサラダ<br>ボンデードーナッツ |
| 8  | 月 |     |     |     | 23 | 火 | ご飯<br>みそ汁<br>ちくわ甘辛炒め<br>小松菜のツナ和え<br>かぼちゃの煮物       | ご飯 牛乳<br>野菜スープ<br>ハンバーグ<br>人参グラッセ オレンジ<br>ひじきのマリネ        | ご飯<br>みそ汁<br>揚げ豆腐のおろしがけ<br>肉じゃが                          |
| 9  | 火 |     |     |     | 24 | 水 | ご飯<br>みそ汁<br>赤魚塩麹漬け焼き<br>キャベツのごま和え<br>もやしの中華炒め    | 冷やしきつねうどん<br>牛乳<br>五目厚焼き卵<br>アスパラの辛子マヨ和え<br>グレープフルーツ     | 鶏そぼろ丼<br>みそ汁<br>野菜ののり酢和え<br>バナナ                          |
| 10 | 水 |     |     |     | 25 | 木 | ご飯 納豆<br>みそ汁<br>肉入り信田煮<br>添え野菜<br>五目きんぴら          | ハッシュドポーク<br>牛乳<br>こんにゃくサラダ<br>冷凍みかん                      | こうしめし<br>みそ汁<br>さばカレー風味焼き<br>わかめの酢みそ和え<br>がんもの含め煮        |
| 11 | 木 |     |     |     | 26 | 金 | ご飯<br>みそ汁<br>いわしハンバーグ<br>ピーナッツ和え<br>豚肉と糸こんにゃくの炒め物 | 食パン 麦茶<br>ポテトのスープ<br>ハムカツ 添え野菜<br>マカロニサラダ<br>ストロベリーヨーグルト |                                                          |
| 12 | 金 |     |     |     | 27 | 土 |                                                   |                                                          |                                                          |
| 13 | 土 |     |     |     | 28 | 日 |                                                   |                                                          | わかめご飯 みそ汁<br>白身魚フライ<br>ゆかりスパ<br>ほうれん草ときのこのソテー<br>五目豆     |
| 14 | 日 |     |     |     | 29 | 月 | ご飯<br>みそ汁<br>コーンシュウマイ<br>小松菜のおかか和え<br>すき昆布の煮物     | ご飯 牛乳<br>みそ汁<br>いわししょうが煮<br>漬物 パナナ<br>メンマ炒め              | 冷やしサラダうどん<br>コロッケ<br>厚焼き卵<br>チョレギサラダ<br>メロン              |
| 15 | 月 |     |     |     | 30 | 火 | ご飯<br>みそ汁<br>ミートボール<br>なめたけ和え<br>切り干し大根の含め煮       | ご飯 牛乳<br>あさりと野菜のスープ<br>タンドリーチキン<br>添え野菜 オレンジ<br>ラタトゥイユ   | ご飯 みそ汁<br>ほっけ甘塩焼き<br>ほうれん草のごま和え<br>筑前煮<br>プレーンヨーグルト      |
|    |   |     |     |     | 31 | 水 | ご飯 味付けのり<br>みそ汁<br>ツナオムレツ<br>添え野菜<br>もやしのカレー炒め    | 冷やし中華<br>牛乳<br>肉ギョウザ<br>トマト<br>スイカ                       | 夏野菜カレー<br>大根と海藻サラダ<br>福神漬け<br>アーモンド小魚<br>グレープフルーツ        |