

令和5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	火				16	水			
2	水				17	木			
3	木				18	金			
4	金				19	土			
5	土				20	日			
6	日				21	月			
7	月				22	火			
8	火				23	水			
9	水				24	木			
10	木				25	金			
11	金				26	土			
12	土				27	日			ご飯 みそ汁 鮭フライ いんげんとコーンのソテー 大根のもち麦とひき肉あんかけ
13	日				28	月	ご飯 みそ汁 コーンシュウマイ ピーナッツ和え すき昆布の煮物	ご飯 ジョアストロベリー 茎わかめのスープ ハンバーグ 粉ふきいも 野菜サラダ	冷やしサラダうどん ちくわの磯辺揚げ 厚焼き卵 ビーンズサラダ 白玉入りフルーツポンチ
14	月				29	火	ご飯 みそ汁 ハムソテー いんげんのおかか和え 切り干し大根の含め煮	ご飯 牛乳 みそ汁 味付けとろろ ます塩焼き もやしのゆかり和え きんぴらごぼう	夏野菜カレー 海藻サラダ 福神漬け 黒糖ビーンズ バナナ
15	火				30	水	ご飯 納豆 みそ汁 ミートオムレツ ミニトマト カリフラワーカレー煮	冷やし中華 牛乳 揚げワントン モザイクサラダ スイカ	ご飯 みそ汁 ほっけ甘塩焼き 即席漬け 筑前煮 プレーンヨーグルト
					31	木	ご飯 みそ汁 さば塩こうじ漬け焼き ほうれん草のごま和え キャベツソテー	ご飯 牛乳 せん切り野菜スープ 照焼チキン 添え野菜 ラタトゥイユ 冷凍りんご	ご飯 もずくとミートボールスープ 野菜とわかめ豆腐のおろしがけ ほたてとキャベツの酢みそ和え