

令和7年

《 4 月 給 食 ・ 舎 食 献 立 予 定 表 》

青森県立青森聳学校

		朝 食	昼 食	夕 食			朝 食	昼 食	夕 食
1	火				16	水	ご飯 みそ汁 フィレオチキン 小松菜ツナ和え いんげん炒め	スパゲティミートソース 牛乳 いか団子スープ フルーツのクリームチーズ和え	ご飯 キウイ 根菜のごまみそ汁 豚肉しょうが焼き 添え野菜 ポテトサラダ
2	水				17	木	ご飯 納豆 みそ汁 トマトオムレツ 添え野菜 なすのみそ炒め	ご飯 牛乳 わかめスープ オレンジ 和風おろしハンバーグ 粉ふきいも もやしと小魚サラダ	ご飯 鶏団子汁 さば竜田の甘酢あんかけ 添え野菜 五目豆
3	木				18	金	ご飯 みそ汁 ウインナー チョレギサラダ 中華炒め	鶏そぼろ丼 牛乳 みそ汁 ほたてとキャベツの酢みそ和え キウイ	
4	金				19	土			
5	土				20	日			ご飯 味付けもずくめかぶ みそ汁 ハムカツ ミックスベジタブルソテー 大根とこんにゃくの煮物
6	日			ご飯 みそ汁 ハンバーグピカタ ほうれん草ときのこのソテー マカロニサラダ	21	月	ご飯 みそ汁 ソーセージソテー ピーナッツ和え たけのこ炒め	ご飯 牛乳 みそ汁 オレンジ いわししょうが煮 ほうれん草のごま和え 肉じゃが	スパゲティナポリタン 野菜スープ 野菜サラダ プレーンヨーグルト
7	月	ご飯 みそ汁 いわしみそ煮 小松菜の辛子和え きんぴらごぼう	ポークカレー ジョアブレン 海藻サラダ	どんこつラーメン 野菜ギョウザ トマト フルーツポンチ	22	火	ご飯 みそ汁 きのこ信田煮 わかめと大根の甘酢和え チンゲン菜ソテー	ご飯 牛乳 にらたまスープ マーボー豆腐 もやしとほうれん草のナムル パイン	シーフードカレー コーンサラダ アーモンド小魚 グレープフルーツ
8	火	ご飯 みそ汁 ウインナー ねばねば昆布和え かぼちゃの煮物	ご飯 牛乳 オニオンスープ 鶏チーズトマト焼き 添え野菜 いちごのジュレ サラダスパゲティ	ご飯 みそ汁 ほっけみりん漬け焼き 即席漬け みそおでん レモンヨーグルト	23	水	ご飯 みそ汁 さんまかば焼き 白菜のゆかり和え メンマ炒め	みそラーメン 牛乳 肉ギョウザ 添え野菜 レモンヨーグルト	ご飯 みそ汁 巣ごもり卵 ポテトコロッケ なめ苺和え 炒り豆腐
9	水	ご飯 納豆 みそ汁 ハムソテー 添え野菜 ツナ野菜炒め	きつねうどん 牛乳 厚焼き卵 キャベツのわさびマヨ和え バナナ	ご飯 中華コーンスープ 酢豚 リヤンパンサンスー パイン	24	木	ご飯 みそ汁 コーンシュウマイ わかめとたけのこの酢みそ和え キャベツソテー	ご飯 牛乳 みそ汁 グレープフルーツ 赤魚の香り揚げ お浸し れんこんきんぴら	ご飯 シューチーズ 茎わかめのスープ ハンバーグ 揚げないフレンチポテト 温野菜サラダ
10	木	ご飯 みそ汁 小松菜の豆乳寄せ 塩昆布和え 肉とれんこんのみそ炒め	ご飯 牛乳 みそ汁 グレープフルーツ あじフライ なめたけ和え 大根のもち麦とひき肉あんかけ	照り焼き丼 白菜とたららのスープ 野菜の磯香和え	25	金	ご飯 味付けのり みそ汁 フィレオチキン 添え野菜 山菜炒め	りんごパン ジョアストロベリー コーンポタージュ ツナオムレツ 添え野菜 ポトフ	ご飯 とろみ汁 鮭花園焼き 添え野菜 洋梨コンポート 大豆もやし炒め
11	金	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ いんげんのごま和え もやしのカレー炒め	食パン キャメルクリーム 牛乳 オレンジ ミネストローネ ミートボール 添え野菜 パンプキンサラダ		26	土	ご飯 みそ汁 ミートボール きゅうりの中華和え 卵の中華炒め	ハッシュドポーク 牛乳 こんにゃくサラダ オレンジ	
12	土				27	日			
13	日			ご飯 みそ汁 ミートボールチリソース煮 卵サラダ ヨーグルトレーズン	28	月			
14	月	ご飯 みそ汁 コーンシュウマイ アーモンド和え ひじきの五目煮	ご飯 牛乳 みそ汁 グレープフルーツ さばみそ煮 白菜のお浸し みずの油炒め	かき揚げうどん えびにらまんじゅう 切り干し大根のさっぱり和え 焼き芋	29	火			ご飯 味付けとろろ みそ汁 ポークメンチカツ 蒸しかぼちゃ がんももの含め煮
15	火	ご飯 みそ汁 たら塩麹カレー焼き ほうれん草ののり和え 豚肉と白菜炒め	ご飯 牛乳 とうもろこしのかき玉汁 肉入り信田煮 添え野菜 茎わかめ炒め パイン	チキンライス なるとのスープ 手作りグラタン ケーキ	30	水	ご飯 みそ汁 ちくわ甘辛煮 ブロックリーのおかか和え すき昆布炒め	けんちんうどん 牛乳 豆コロッケ トマト バナナ	ご飯 にらたまスープ ホイコーロー ほたてシュウマイ あおもりプリン