



# もいっけ表

## 食育の日の献立

15日(金)

飛鳥汁【奈良県】



<p>4 (月)</p> <p><b>振替休業日</b></p>	<p>5 (火)</p> <p>(ドレッシング) 中華サラダ 変わり春巻き</p> <p>チャーハン</p> <p>チンゲンサイのスープ</p>	<p>6 (水)</p> <p>(たれ) かんぴょうの あえ物 さばのみそ焼き</p> <p>ごはん</p> <p>五目煮</p>	<p>7 (木)</p> <p>(ごま・たれ) ごま酢あえ 鶏肉のから揚げ (3こ)</p> <p>わかめ ごはん</p> <p>なめこ汁</p>	<p>1 (金)</p> <p>(たれ) ナムル 手作り しゅうまい</p> <p>ごはん</p> <p>中華丼の具</p>
<p>11 (月)</p> <p>いかとえびのチリソース煮</p> <p>揚げパン きなこ・ココア</p> <p>ワンタン スープ</p>	<p>12 (火)</p> <p>(アーモンド・じゃこ・ドレッシング) パリパリサラダ はんぺんのパン粉焼き</p> <p>鶏ごぼう ピラフ</p> <p>豆腐 スープ</p>	<p>13 (水)</p> <p><b>学総中心日</b></p>	<p>14 (木)</p> <p>(たれ) 華風あえ ソフトカレイの 竜田揚げ</p> <p>中華風 ピリ辛ごはん</p> <p>春雨 スープ</p>	<p>8 (金)</p> <p>(ごま・たれ) 野菜 肉</p> <p>ごはん</p> <p>みそキムチ スープ</p>
<p>18 (月)</p> <p>油揚げ</p> <p>小松菜のソテー</p> <p>きつね うどん</p> <p>そら豆入り かき揚げ</p>	<p>19 (火)</p> <p>(じゃこ・ドレッシング) 鉄骨 サラダ</p> <p>メキシコ風 ピラフ</p> <p>ソース</p>	<p>20 (水)</p> <p>(ツナ・ドレッシング) ビーンズ サラダ</p> <p>シュガー トースト</p> <p>ポーク シチュー</p>	<p>21 (木)</p> <p>(だしじょうゆ) おひたし (ウスターソース) ゼリーフライ</p> <p>ごはん</p> <p>凍り豆腐 の煮物</p>	<p>15 (金)</p> <p>(ごま・たれ) ごまあえ 和風 ハンバーグ</p> <p>ごはん</p> <p>飛鳥汁</p>
<p>25 (月)</p> <p>手作り ふりかけ</p> <p>レバーと ポテトの マリアナソース</p> <p>ごはん</p> <p>スーミータン</p>	<p>26 (火)</p> <p>福神漬け</p> <p>カレーライス</p> <p>(じゃこ・ドレッシング) 青菜とじゃこの サラダ</p>	<p>27 (水)</p> <p>こどもパン</p> <p>(ドレッシング) 切り干し大根 のサラダ 甘辛チキン 竜田</p> <p>チーズ</p> <p>ミネスト ローネ</p>	<p>28 (木)</p> <p>(のり・だしじょうゆ) 磯香あえ いかのごまマヨ ネーズ焼き</p> <p>ごはん</p> <p>肉じゃが</p>	<p>22 (金)</p> <p>(アーモンド・たれ) アーモンドあえ 豚肉の生姜焼き</p> <p>かてめし</p> <p>田舎汁</p>
<p>25 (月)</p> <p>手作り ふりかけ</p> <p>レバーと ポテトの マリアナソース</p> <p>ごはん</p> <p>スーミータン</p>	<p>26 (火)</p> <p>福神漬け</p> <p>カレーライス</p> <p>(じゃこ・ドレッシング) 青菜とじゃこの サラダ</p>	<p>27 (水)</p> <p>こどもパン</p> <p>(ドレッシング) 切り干し大根 のサラダ 甘辛チキン 竜田</p> <p>チーズ</p> <p>ミネスト ローネ</p>	<p>28 (木)</p> <p>(のり・だしじょうゆ) 磯香あえ いかのごまマヨ ネーズ焼き</p> <p>ごはん</p> <p>肉じゃが</p>	<p>29 (金)</p> <p>(ドレッシング) コーンサラダ 鮭の香味焼き</p> <p>ジャンバラヤ</p> <p>コンソメ スープ</p>

