

令和6年 11月 給食・舎食 献立表

埴保己一学園

| 日 | 曜 | 朝（舎食） | kcal | 昼（給食） | kcal | 夕（舎食） | kcal |
|----|---|--------------------------------------|------|----------------------------------|------|-------|------|
| 28 | 月 | | | | | | |
| 29 | 火 | | | | | | |
| 30 | 水 | | | | | | |
| 31 | 木 | | | | | | |
| 1 | 金 | ご飯 野菜炒め 切り干し大根の煮付け 揚げなすの味噌汁 | 568 | ご飯 鯖の味噌煮 炒り豆腐 沢煮椀 牛乳 | 787 | | |

令和6年 11月 給食・舎食 献立表

埴保己一学園

| 日 | 曜 | 朝 (舎食) | kcal | 昼 (給食) | kcal | 夕 (舎食) | kcal |
|---|---|--|------|---|------|--|------|
| 4 | 月 | | | | | | |
| 5 | 火 | | | 森のレストランのカレー こんにゃくの胡麻味噌サ ラダ ゆずゼリー 牛乳 | 708 | ご飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ ショコラタルト | 703 |
| 6 | 水 | ご飯 いかの香味焼き 卵の花炒り 油揚げの味噌汁 | 489 | はじめてずかんラーメン もやしの中華サラダ 手作り春巻き ジョア プレーン | 630 | ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ なめこの味噌汁 杏仁豆腐 | 662 |
| 7 | 木 | ご飯 ひじき入り厚焼き玉子 大根とツナのさっと煮 にらの味噌汁 | 575 | ご飯 マッサル オラフのはなしりしり ほうれん草の味噌汁 牛乳 | 733 | ご飯 ホッケのバター醤油焼き 辛し和え 飛鳥汁 ティラミス | 603 |
| 8 | 金 | ご飯 鶏の照り焼き 4色サラダ さつまいもの味噌汁 | 571 | 高菜炒飯 野菜スープ わかったさんのマドレー ヌ 牛乳 | 665 | オムライス じゃがいものチーズ焼き 緑の野菜スープ | 642 |

令和6年 11月 給食・舎食 献立表

埴保己一学園

| 日 | 曜 | 朝（舎食） | kcal | 昼（給食） | kcal | 夕（舎食） | kcal |
|----|---|--|------|--|------|--|------|
| 9 | 土 | ご飯 豚肉と生揚げの煮物 ザーサイときゅうりの和え物 ブロッコリーのごま風味汁 | 564 | 肉味噌丼 酢の物 かきたまスープ 牛乳 | 735 | | |
| 12 | 火 | | | ご飯 すき焼き風煮 ナスの味噌汁 果物（王林） 牛乳 | 760 | ご飯 鶏肉のバジル焼き フレンチサラダ コーンスープ なめらかプリン | 694 |
| 13 | 水 | ご飯 鯖の塩焼き 小松菜とキャベツのソテー 卵の味噌汁 | 515 | ご飯、納豆 ゼリーフライ チャーシューサラダ 大根の味噌汁 牛乳 | 782 | | |
| 14 | 木 | | | | | | |
| 15 | 金 | | | ミートソーススパゲティ かぼちゃサラダ 果物（みかん） 牛乳 | 761 | | |

令和6年 11月 給食・舎食 献立表

塙保己一学園

| 日 | 曜 | 朝 (舎食) | kcal | 昼 (給食) | kcal | 夕 (舎食) | kcal |
|----|---|---|------|--|------|---|------|
| 18 | 月 | | | 親子丼 白菜の味噌汁 果物 (りんご) 牛乳 | 810 | ご飯 回鍋肉 大根サラダ 田舎汁 ミルクゼリー | 694 |
| 19 | 火 | ご飯 春雨のそぼろ炒め 海苔の佃煮 豆腐のスープ 果物(バナナ) | 490 | ご飯 タラのチャンチャン焼き 五目豆 竹輪のすまし汁 牛乳 | 690 | スパゲティナポリタン グリーンサラダ 抹茶マフィン | 572 |
| 20 | 水 | 食パン いちごジャム ほうれん草入りスクランブルエッグ 白い野菜のスープ | 523 | ご飯 タンドリーチキン ビーフソテー もやしの味噌汁 牛乳 | 715 | ご飯 いわしの蒲焼き 根菜の煮物 玉葱の味噌汁 | 573 |
| 21 | 木 | ご飯 蒸ししゅうまい ナムル 中華スープ | 552 | 肉汁うどん せん切りポテトサラダ 竹輪の磯辺揚げ ジョア ストロベリー | 690 | ご飯 鶏肉のバーベキューソースかけ レモン和え かぼちゃのみそ汁 白玉小豆 | 697 |
| 22 | 金 | ご飯 竹輪のカレー炒め キャベツの甘酢炒め 里芋の味噌汁 | 478 | ご飯 キャベツメンチ おかか和え なめこ汁 牛乳 | 767 | | |

令和6年 11月 給食・舎食 献立表

塙保己一学園

| 日 | 曜 | 朝（舎食） | kcal | 昼（給食） | kcal | 夕（舎食） | kcal |
|----|---|--|------|--|------|--|------|
| 25 | 月 | | | ご飯 油淋鶏 千草和え 南瓜の味噌汁 ジョア マスカット | 707 | ご飯 麻婆豆腐 ブロッコリーのサラダ わかめスープ はちみつレモンゼリー | 611 |
| 26 | 火 | ロールパン オムレツ ウインナーと野菜のソテー レタスのスープ | 428 | ほうれん草とツナのクリームスパ たくあんサラダ 果物（早香） 牛乳 | 736 | ご飯 ロースカツ コールスローサラダ 味噌スープ | 651 |
| 27 | 水 | ご飯 鶏肉の味噌焼き 磯香あえ 五目すまし汁 | 515 | ご飯 鯖の照り焼き 即席漬け じゃが芋の味噌汁 牛乳 | 680 | 中華丼 蒸し餃子 かぶのゆかり和え 果物（りんご） | 652 |
| 28 | 木 | ご飯 卵そぼろ 豚汁 かっぱ漬け | 526 | チーズカレーtoast いかマリネ コーンスープ 牛乳 | 770 | ご飯 鶏の唐揚げ ツナ和え 舞茸のすまし汁 | 677 |
| 29 | 金 | ご飯 赤魚の西京味噌漬け ひじきの煮物 かまぼこのすまし汁 | 449 | そばろご飯 おでん 青梗菜の香味和え 牛乳 | 754 | | |