寄宿舎給食献立表７月

北海道稚内養護学校
令和7年6月20日発行
文責：栄養教諭

※ 購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

日	曜日	献立		日	曜日	献立	
1	火	朝 ごはん みそ汁　さといも・わかめ 千草焼 ちくわの甘辛煮 ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん 豆腐とコーンの中華スープ チンジャオロース かにかまのマヨサラダ	14	月	朝 ごはん みそ汁　わかめ・揚げ 焼き鮭 ブロッコリーソテー ふりかけ ヤクルト	夕 海老チャーハン チンゲン菜と豆腐のスープ 焼きシュウマイ はちみつレモンゼリー
2	水	朝 ごはん みそ汁　豆腐・わかめ 野菜炒め たけのこの土佐煮 ふりかけ ヤクルト	夕 牛丼 みそ汁　白菜・揚げ ほうれん草のなめたけ和え 黄桃缶	15	火	朝 ごはん みそ汁　小松菜・あさり フランクフルトのケチャップ煮 アスパラポテトカレーソテー ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん さといも汁 ほっけのみそ焼き べっこう煮
3	木	朝 ごはん みそ汁　ほうれん草･豆麸 あらびきウィンナー バターコーンソテー ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん すまし汁 なすの甘辛炒め ごぼうサラダ	16	水	朝 ごはん みそ汁　ほうれん草・高野豆腐 ねぎ入り卵焼き きんぴらごぼう ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん みそ汁　わかめ･えのき 豚肉の生姜焼き 切干し大根の煮物 磯香和え
4	金	朝 ごはん みそ汁　大根･油揚げ ハム入りスクランブルエッグ たまねぎソテー ふりかけ ヤクルト		17	木	朝 ごはん みそ汁　たまねぎ･にんじん 牛肉のしぐれ煮 かぶの煮びたし ふりかけ ヤクルト	夕 カレーライス コールスローサラダ パイン缶
7	月	朝 ごはん みそ汁　干椎茸･高野豆腐 塩さば 小松菜と厚揚げの煮びたし ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん 塩ちゃんこ汁 チーズフォンデュサンドコロッケ 雷こんにゃく	18	金	朝 ごはん みそ汁　もやし・揚げ メバルの西京焼き ふきの油炒め ふりかけ ヤクルト	
8	火	朝 ごはん みそ汁　しめじ・大根 ウインナーソテー さつまいもの甘煮 ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん みそ汁　なす・油あげ ぶた肉のピカタ れんこんサラダ	22	火	朝 ごはん みそ汁　大根･にんじん 黒むつの西京焼き 厚揚げの煮物 ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん みそ汁　ねぎ･豆腐 煮込みハンバーグ 大根サラダ
9	水	朝 ごはん みそ汁　もやし･わかめ ソーセージステーキ きのこのソテー ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん 田舎汁 いわしのカリカリフライ 小松菜のナッツ和え	23	水	朝 ごはん みそ汁　キャベツ・卵 ふりかけ ベーコンソテー じゃがバター煮 ヤクルト	夕 ごはん みそ汁　わかめ･ねぎ ザンタレ きんぴらごぼう
10	木	朝 ごはん みそ汁　ほうれん草・えのき さんまの蒲焼 きざみ昆布のいため煮 ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん 卵とハムのスープ マーボー豆腐 春雨の中華和え	24	木	朝 ごはん みそ汁　白菜･たまねぎ 磯辺焼き 大根のピリ辛炒め ふりかけ ヤクルト	夕 ごはん みそ汁　ふき･しいたけ 焼き魚 ほっけ 肉じゃが
11	金	朝 ごはん みそ汁　じゃがいも･たまねぎ 煮奴 いんげんの油炒め ふりかけ ヤクルト		25	金	朝 ごはん みそ汁　じゃがいも･しめじ あらびきウィンナー たまねぎソテー ふりかけ ヤクルト	