


	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝		ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ウインナー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮
昼		ご飯 チキンのクリームシチュー まめサラダ 牛乳	フィッシュカレー サラダ 牛乳	ご飯 ミートスパゲッティ ミモザサラダ 牛乳	豚玉丼 サラダ 味噌汁 牛乳	チキンライス サラダ 卵スープ 牛乳	ご飯 焼きうどん サラダ 牛乳
夕			ご飯 豚肉のしょうが焼き 根菜の煮物 味噌汁 もやしのごま和え	ご飯 ハッシュドポテト あじのフライ マカロニサラダ スコッチブロス風	ご飯 タツリタン 揚げシューマイ サラダ 漬け物 ワカメスープ	ご飯 豚肉と厚揚げの炒 春雨サラダ ふとわかめの吸い物 一口ゼリー	ご飯 味噌おでん 野菜炒め 玉葱と人参の吸い物
		おたのしみに☆					
朝	15	16	17	18	19	20	21
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 はんぺん煮
昼	ご飯 タンダーポーク イタリアンサラダ コーンクリームスープ	ケチャリ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ 牛乳	ご飯 春巻き ひじきサラダ キムチあえ 卵スープ	ご飯 麻婆ラーメン サラダ 牛乳	ハヤシライス ぱりぱりサラダ 牛乳	ご飯 あんかけうどん サラダ 牛乳	チャーハン コロッケ ワカメスープ サラダ 牛乳
夕	三色丼 ポテトサラダ けんちん汁	ご飯 餃子スープ 大根サラダ	ご飯 手作り豆腐 ハンバーグ クリームスープ 茹で野菜サラダ	山菜ごはん 鯖の照り焼き 枝豆 マカロニサラダ ふとわかめの味噌汁	ご飯 スパニッシュオムレツ キャベツスープ スパサラダ 枝豆	ご飯 カレー鍋 ぱりぱりサラダ バナナ	ご飯 マカロニミートグラタン サラダ キャベツのスープ
朝	22	23	24	25	26	27	28
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ベーコンスクランブル	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ウインナー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き
昼	ご飯 フィッシュ&チップス れんこんサラダ 枝豆 コンソメスープ	ソースカツ丼 サラダ 味噌汁	ご飯 かき揚げうどん サラダ 牛乳	ご飯 ぎょうざ 春雨の和え物 ナムル 中華スープ	ご飯 かれい煮付け ブロッコリーのサラダ 一口ゼリー 豚汁	ご飯 きのこの和風スパ サラダ 牛乳	すき焼き丼 サラダ ふとわかめの吸い物 牛乳
夕	ピピンパ とうふサラダ 卵スープ	ご飯 豆腐の味噌チーズ しらたき炒め のっぺい汁 桃缶	シーフードカレー コロコロサラダ	ご飯 鶏のから揚げ 切り干し大根の煮物 味噌汁 漬け物	ご飯 ブラウンシチュー サラダ	オムライス コンソメスープ サラダ	ご飯 回鍋肉 いかリングフライ サラダ ワカメスープ
朝	29	30	31				
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め				
昼	ご飯 麻婆豆腐 海藻サラダ 牛乳	ご飯 鯖の塩焼き 里芋とひじきの煮物 味噌汁 パイナップル	ご飯 チキンとエビのトマトシチュー エッグサラダ 牛乳				
夕	ご飯 手作りチキンバーグ 茹で野菜サラダ キャベツスープ 一口ゼリー	ガバオライス サラダ エスニックスープ	ご飯 白身魚のクリームソース イタリアンサラダ コンソメスープ 枝豆				

*朝食には、パン、牛乳、昼食には牛乳が必ずつきます
*材料の都合により、献立が変更することがあります

生徒の皆さんは、新しい生活に慣れてきた頃でしょうか。
「いただきます」「ごちそうさまでした」の気持ちの良い挨拶はどの生徒さんからもしっかり聞くことができ、嬉しく思っています。
食堂でのマナーもとても良いです。
黄柳野食堂では、厚労省が示した「食事摂取基準」に基づいて栄養士が献立を作っています。バランスの良い食事を提供していますので、安心して三食しっかり食べてもらえると健康的です。

