

				6/1(木)	6/2(金)	6/3(土)	
朝食				ごはん 味噌汁 切干大根の煮物 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 野菜炒め 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 焼魚 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	
昼食		昼食用メニューから選ぶ					ハヤシライス 野菜サラダ
夕食		ごはん コンソメスープ 青シソ香る  牛肉の香味焼き スリザーイ(ワリコ) ほうれん草のポン酢和え 彩りサラダ	ごはん 中華スープ 貝たくさん  八宝菜 春巻 胡麻和え 彩りサラダ	ごはん  (弁) ヘルシー  チキンカツ しゅうまい きんぴらごぼう			
朝食	6/5(月)	6/6(火)	6/7(水)	6/8(木)	6/9(金)	6/10(土)	
朝食	ごはん 味噌汁 五目ひじき 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 れんこんきんぴら 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 さつま揚げの甘辛煮 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 オムレツ 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ケチャップ炒め 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	菓子パン ジュース	
昼食	昼食用メニューから選ぶ					休日の為 外注弁当 	
夕食	ごはん 味噌汁 ビタミンたっぷり  豚肉のマスタード焼き 夏野菜の揚げひたし ポテトサラダ 彩りサラダ	ごはん わかめスープ シッフ名物  チキン南蛮 若菜パスタ ツナ炒め 彩りサラダ	ごはん かきたま汁 味噌焼きうまし  鱈みそ焼き しくれ煮 なます 彩りサラダ	ごはん きくらげスープ さっぱりこってり  酢鶏 もやしナムル アスパラソテー 彩りサラダ	今週もお疲れ様  ビーフカレー フルーツポンチ 野菜サラダ	外注弁当 	
朝食	6/12(月)	6/13(火)	6/14(水)	6/15(木)	6/16(金)	6/17(土)	
朝食	ごはん 味噌汁 糸コンのピリ辛炒め 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 きんぴらごぼう 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 切干大根の煮物 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ロールパン(イチゴジャム) スクランブルエッグ わかめスープ 野菜サラダ	ごはん 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ポイルウイナー 納豆 ふりかけ 味付け海苔	
昼食	昼食用メニューから選ぶ					チキンカレー 野菜サラダ	
夕食	ごはん すまし汁 魚を食べよう  魚の南蛮漬け 肉じゃが とり天 彩りサラダ	ごはん コンソメスープ とろ〜り  チーズハンバーグ ナポリタン ポテトサラダ 彩りサラダ	ごはん かきたま汁 食欲そそる 豚カルピ焼肉 オムレツ コーンサラダ 彩りサラダ	ごはん 味噌汁  こぼの盛りがおいしい  鶏肉のごまだれ焼き かき揚げ 酢の物 彩りサラダ	ごはん えのきとベーコンのスープ 今夜は中華!  豚肉の中華風煮込み ちくわのかレー揚げ 胡瓜の中華和え 彩りサラダ	ごはん  (弁) サクサク  メンチカツ ひじきの炒め煮 マカロニサラダ	
朝食	6/19(月)	6/20(火)	6/21(水)	6/22(木)	6/23(金)	6/24(土)	
朝食	ごはん 味噌汁 雷こんにゃく 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ウイナーソテー 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 大根のツナ煮 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 いら玉 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 きんぴらごぼう 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 厚揚げの炒り煮 納豆 ふりかけ 味付け海苔	
昼食	昼食用メニューから選ぶ					ハヤシライス 野菜サラダ	
夕食	ごはん 味噌汁  みんな大好き  唐揚げ マカロニサラダ ミックスベジタブル 彩りサラダ			ごはん すまし汁  あんかけうまし  魚の甘酢あんかけ 揚げナスの唐揚げ レンコンのおかか黒 彩りサラダ	ごはん 卵スープ  くせになりそう  豚肉の甘辛焼き ビーフン炒め 餃子 彩りサラダ	ごはん 中華スープ  チリソースたっぷり  鶏のチリ風煮込み ニラもやし炒め 青菜の辛し和え 彩りサラダ	ごはん  (弁) かつ!  とんかつ ミートボール 切干大根の煮物
朝食	6/26(月)	6/27(火)	6/28(水)	6/29(木)	6/30(金)		
朝食	ごはん 味噌汁 きんぴらごぼう 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 野菜の卵とし 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 さつま揚げの甘辛煮 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 ベーコンソテー 納豆 ふりかけ 味付け海苔	ごはん 味噌汁 大根と高野豆腐の煮物 温泉卵 納豆 ふりかけ 味付け海苔	旬の野菜を 知っていますか 	
昼食	昼食用メニューから選ぶ						
夕食	ごはん 味噌汁  くせになりそう  サバの竜田揚げ 高野豆腐とちくわの煮物 豚しゅうぶ 彩りサラダ	ごはん わかめスープ やわらか  ポークソテー ナポリタン キャベツのおかか和え 彩りサラダ	ごはん ベーコンとキャベツのスープ 元気が出るぞ  牛肉のしそ風味焼き 筑前煮 フルーツ 彩りサラダ	ごはん  (弁) チーズ大好き  鶏肉のチーズ焼き ちくわのかレー揚げ マカロニサラダ 彩りサラダ	ごはん  (弁) 体に良さげな  茹で豚の薬味ソース ナスの味噌煮 しゅうまい 彩りサラダ		

第一中学高校学生食堂メニュー

A定食 ￥420

*月曜日	チキンカツ
*火曜日	唐揚げ
*水曜日	和風ハンバーグ
*木曜日	チキン南蛮
*金曜日	酢鳥

*カレー	￥360
*ハヤシ	￥370
*カツカレー	￥480
*カツハヤシ	￥490
*温玉カレー	￥440
*温玉ハヤシ	￥450

*定食丼	￥400	その日の定食を丼に
*ガール定食	￥370	その日の定食を少なめで

@豚カツ弁当 ￥420

@餃子弁当 ￥380

@温玉そば ￥360

@高菜弁当 ￥350

@とりっこ丼 ￥400

@豚重 ￥400

@チャーハン ￥400

@そばろ丼 ￥350

マヨネーズ付き

*自慢のパン類

@シッフサンド ￥220

@トロ玉バーガー ￥200

@エビたるバーガー ￥200

@チキンバーガー ￥200

@チーズメンチバーガー ￥200

@ピザトースト ￥170

*麺類

@かけうどん ￥230

@きつねうどん ￥310

@肉うどん ￥370

@温玉うどん ￥310

@カレーうどん ￥360

@辛麺 ￥410

@ラーメン ￥410

@冷やしうどん ￥300

@温玉冷やし ￥380

@おにぎり ￥100

@いなり ￥100

@ポテト ￥100

食券には必ずクラス氏名を左右に書いてください!

配達する時に誤配達しないためよろしく。