

令和4年度  
3月

# 献立予定表

コザ高校 定時制

月	火	水	木	金
 <p><b>3月</b></p>		<p><b>1</b> 親子丼 白米/鶏肉/卵/玉葱/青ネギ</p> <p>ブロッコリーおかか和え ブロッコリー/糸けずり</p> <p>みそ汁 厚揚げ/わかめ</p>	<p><b>2</b> 回鍋肉 豚バラ/キャベツ/人参/玉葱/ピーマン</p> <p>中華スープ たまご/コーン</p> <p>フルーツ オレンジ</p>	<p><b>3</b> きびごはん 精白米/もちきび</p> <p>鶏肉のうま煮 鶏肉/大根/椎茸/人参/里芋/いんげん</p> <p>みそ汁 なめこ/厚揚げ/ねぎ</p>
	<p><b>6</b> きのこのクリーム煮 ベーコン/人参/しめじ</p> <p>ブロッコリー/じゃがいも</p> <p>レタスサラダ レタス/きゅうり/人参/ツナ</p>	<p><b>7</b></p>	<p><b>8</b></p>	<p><b>9</b></p>
 <p><b>自宅学習期間</b></p>				
<p><b>13</b> チキン南蛮 鶏肉(甘酢タルタルソース)</p> <p>あっさりサラダ きゅうり/ツナ/キャベツ/わかめ</p> <p>みそ汁 白菜/人参</p>	<p><b>14</b> おでん 昆布/こんにゃく/厚揚げ/人参</p> <p>大根/ウインナー/ちくわ</p> <p>和え物 もやし/わかめ/きゅうり</p>	<p><b>15</b> タコライス 精白米/キャベツ/ひき肉/トマト/チーズ</p> <p>コンソメスープ 玉葱/人参/ベーコン</p> <p>フルーツポンチ みかん/桃/白玉</p>	<p><b>16</b> 野菜炒め キャベツ/ツナ/人参/豚肉</p> <p>白身魚フライ 白身魚</p> <p>ゆし豆腐 豆腐/ネギ</p>	<p><b>17</b> 沖縄そば 麺/三枚肉/かまぼこ/ねぎ</p> <p>白菜キムチ 白菜/キムチ</p> <p>もずく酢</p>
<p><b>20</b> ハヤシライス 牛肉/トマト/玉葱/グリーンピース</p> <p>キャベツサラダ キャベツ/もやし/人参/きゅうり/ツナ</p> <p>ミニココアワッフル</p>	<p><b>21</b></p>  <p>春分の日</p>	<p><b>22</b> カレーライス 鶏肉/じゃがいも/玉葱/人参</p> <p>野菜サラダ キャベツ/人参/きゅうり/ツナ</p> <p>ソール</p>	<p><b>23</b> ハンバーグ ハンバーグ</p> <p>ほうれん草のシラス和え ほうれん草/シラス</p> <p>豚汁 豚肉/蒟蒻/里芋/大根/人参</p>	<p><b>24</b> チキンカツ チキンカツ</p> <p>温野菜炒め ブロッコリー/人参/コーン/ベーコン</p> <p>ミネストローネ 玉葱/セロリ/人参/ベーコン</p>
<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>	<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>	<p><b>31</b></p>
 <p><b>春休み</b></p>				

※あくまでも予定です。天候や食材調達の状況等で内容を変更することがあります。