

2026



M E N U



date	day	Lunch	Calorie
2	月	メンチカツ、豆腐と野菜の煮物、もやしとキュウリのナムル、発芽米入りご飯、味噌汁、フルーツ	559
3	火	ちらし寿司、唐揚げ、ポテトフライ、味噌汁、フルーツ	558
4	水	焼きそば、野菜の煮物、野菜のナムル、野菜スープ、フルーツ	553
5	木	豚挽肉ともやしの中華炒め、さつま芋の天ぷら、大根サラダ、発芽米入りご飯、味噌汁、フルーツ	549
6	金	チキンカレーライス、切り干し大根の炒り煮、ブロッコリーとコーンのサラダ、野菜スープ、フルーツ	556
9	月	チキンソテー おろしソース、ほうれん草と白菜の和物、人参と枝豆のサラダ、発芽米入りご飯、味噌汁、フルーツ	549
10	火	豚肉と玉ねぎの生姜炒め、豆腐と油揚げのおかか煮、水菜入りサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	548
11	水	いわしの和風マリネ、れんこんと人参のきんぴら、トマト入りサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	551
12	木	野外保育	
13	金	焼きうどん、厚揚げと茄子の和物、ちりめんじゃこ入り浅漬け、野菜スープ、フルーツ	557
16	月	豚肉と野菜のにんにく炒め、豆腐となめ茸の和物、キャベツの海苔サラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	549
17	火	ミートボールのデミソース煮、ほうれん草ときのこのソテー、ベビーリーフのサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	552
18	水	麻婆豆腐丼、小松菜と厚揚げの煮浸し、カニカマ入りサラダ、味噌汁、フルーツ	549
19	木	アジフライ、こんにゃくと大根の煮物、マカロニサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	561
20	金	キノコの Pasta、トマトサラダ、人参のソテー、卵スープ、フルーツ	554
23	月	鶏肉のクリーム煮、ポテトフライ、ほうれん草ときのこのトマト和え、野菜スープ、フルーツ	557
24	火	キーマカレーライス、ナスの煮びたし、ブロッコリーとコーンのサラダ、味噌汁、フルーツ	559
25	水	豚そぼろと炒り卵の二色丼、きんぴらごぼう、竹輪入りサラダ、味噌汁、フルーツ	550
26	木	牛肉と筍の中華炒め、白菜と小松菜のおかか和え、枝豆入りサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	551
27	金	ナポリタン、コーンサラダ、ハウレンソウのソテー、野菜スープ、フルーツ	554
30	月	白身魚のフライ タルタルソースがけ、マカロニとインゲンのソテー、かぼちゃ入りサラダ、発芽米入りご飯、味噌汁、フルーツ	562
31	火	豚肉のトマトカレー炒め、コーンとじゃが芋のバターソテー、キャベツサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	553

☆食材の仕入れ状況によって、メニューが多少変更になる場合がございます。

Global Education Garden

