

2026



M E N U



date	day	Lunch	Calorie
2	月	チキンカツ、ほうれん草ときのこのソテー、人参入りサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	557
3	火	ミートボールのデミソース煮、キャベツとオニオンスライスのサラダ、発芽米入りご飯、味噌汁、フルーツ	554
4	水	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	555
5	木	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	554
6	金	ポークカレーライス、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	553
9	月	アジフライ、こんにゃくと大根の煮物、カニカマ入りサラダ、ご飯、味噌汁、フルーツ	560
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	555
11	水	休園	
12	木	豚挽肉ともやし中華炒め、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	554
13	金	麻婆豆腐丼、小松菜と厚揚げの煮浸し、マカロニサラダ、味噌汁、フルーツ	557
16	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、ほうれん草と人参入りサラダ、発芽米入りご飯、味噌汁、フルーツ	567
17	火	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	557
18	水	磯辺揚げ、厚揚げと茄子の和物、ちりめんじゃこ入り浅漬け、ご飯、味噌汁、フルーツ	556
19	木	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	558
20	金	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	548
23	月	休園	
24	火	休園	
25	水	ミートソースパスタ、キャベツと水菜の卵炒め、人参サラダ、味噌汁、フルーツ	564
26	木	鶏肉と筍の中華炒め、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	キーマカレー、ビーンズサラダ、ウィンナーとピーマンのソテー、コンソメスープ、フルーツ	562

☆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

