

7月献立予定表

令和7年度
那覇商 定時制

6/30(月)

1日(火)

チキンカレーライス

・チキン ・じゃがいも ・玉ねぎ
・人参 ・ルー



福神漬

2日(水)

沖縄そば

・三枚肉 ・かまぼこ ・ねぎ
・冷凍ガラポーク



3日(木)

チキン甘辛煮

・チキン
・レンコン
・人参
・じゃがいも
・しいたけ
・玉ねぎ



にら玉汁

・玉子
・にら



ごはん



4日(金)

じゅうい

・肉
・しめじ
・人参
・ねぎ
・ひじき



みそ汁

・豆腐
・わかめ



かきあげ

・玉ねぎ
・人参
・にら
・玉子
・小麦粉



7日(月)

煮付け

・三枚肉
・大根
・人参
・厚揚げ
・板コン



白菜あえ

・白菜
・削りぶし



ごはん



8日(火)

たくあんとおお豆
チャーハン

・たくあん
・おお豆
・ちきあぎ
・削りぶし



みそ汁

・油揚げ
・小松菜



ちくわ天

・ちくわ
・小麦粉



9日(水)

野菜炒め

・きゃべつ
・玉ねぎ
・にら
・人参
・コンビーフハッシュ



ソーメン汁

・ソーメン
・ねぎ



ごはん



10日(木)

あじフライ

・タルタルソース



もやしのソース炒め

・三枚肉 ・もやし
・にら ・玉ねぎ
・人参



みそ汁

・わかめ ・油揚げ ・長ねぎ



ごはん



11日(金)

チキンから揚げ

・チキン
・小麦粉
・玉子



グリーン
サラダ

・きゃべつ
・水菜



みそ汁

・じゃがいも
・ねぎ
・玉ねぎ



ごはん



14日(月)

ふうちゃんぷる

・くるまふ
・玉ねぎ
・人参
・きゃべつ
・もやし
・ツナ
・玉子
・にら



ゆし豆腐

・ゆし豆腐
・ねぎ



ごはん



15日(火)

和風ハンバーグ

・豆腐
・玉ねぎ
・豚ミンチ
・大根
・人参



みそ汁

・しめじ
・油揚げ
・ねぎ



ごはん



16日(水)

フィッシュバーガー

・タルタルソース



グリーンサラダ

・レタス
・サラダ菜



クリームスープ

・チキン ・玉ねぎ
・人参 ・おお豆
・生クリーム
・ルー



ごはん



17日(木)

もやし炒め

・もやし
・玉ねぎ
・ピーマン
・人参
・肉



牛肉
コロッケ



みそ汁

・なめこ
・えのき
・わかめ
・ねぎ



ごはん



18日(金)

タコライス

・豚ミンチ
・レタス
・MIXチーズ
・トマト
・トマトホール
・ケチャップ



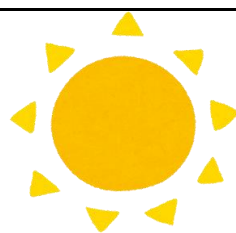
コンソメスープ

・玉ねぎ
・大根
・人参
・ねぎ



生徒夏期休業

～8/31



※写真はイメージです。※食材の調達状況によりメニュー変更が生じる場合があります。