

5月

令和7年度
那覇商 定時制

献立予定表

1日(木)

ふうちゃんぷるう

・くるまふ
・玉ねぎ
・人参・にら
・きゃべつ
・もやし
・ツナ・玉子



ソーメン汁

・ソーメン
・ねぎ



2日(金)

ちらしずし

・ちらしずしの素
・玉子
・のり



みそ汁

・絹ごし豆腐
・わかめ
・ねぎ



5日(月)

こどもの日

6日(火)

振替休日

7日(水)

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



8日(木)

沖縄そば

・肉・かまぼこ・ねぎ・冷凍ガラ
・ポーク



9日(金)

豚キムチチャーハン

・肉
・白菜キムチ
・玉ねぎ
・にら
・玉子



中華スープ

・長ねぎ
・生しいたけ
・わかめ



12日(月)

なすみそ炒め煮

・なす
・玉ねぎ
・にら
・油揚げ



玉子スープ

・玉子



13日(火)

揚げパン

・きなこ



ミネストローネ

・玉ねぎ・人参
・あお豆・ベーコン
・トマトホール



グリーンサラダ

・レタス
・サラダ菜



14日(水)

油淋鶏

・チキン
・長ねぎ
・レタス



わかめスープ

・わかめ
・長ねぎ
・人参



15日(木)

高菜チャーハン

・高菜漬
・ハム
・人参



みそ汁

・油揚げ
・長ねぎ



ちくわ天

・ちくわ
・天
・小麦粉



16日(金)

大根と厚揚げ炒め

・大根
・厚揚げ
・切りコン
・肉



みそ汁

・なめこ
・絹ごし豆腐
・ねぎ



19日(月)

肉じゃが

・じゃがいも
・玉ねぎ
・人参
・肉



みそ汁

・油揚げ
・小松菜



20日(火) 前期中間考査①

スパゲティミートソー

・豚ミンチ
・玉ねぎ
・人参
・トマトホール
・ケチャップ



グリーンサラダ

・レタス



21日(水) 前期中間考査②

あじフライ

・タルタルソース



きゃべつ炒め

・きゃべつ
・玉ねぎ
・人参・ツナ



みそ汁

・わかめ
・絹ごし豆腐



22日(木) 前期中間考査③

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



23日(金) 前期中間考査④

青椒肉絲

・肉
・ピーマン
・玉ねぎ
・たけのこ



中華スープ

・生しいたけ
・わかめ
・長ねぎ



26日(月) 前期中間考査⑤

豆腐ちゃんぷるう

・肉
・豆腐
・玉ねぎ
・きゃべつ
・にら
・もやし
・人参



みそ汁

・大根
・ほうれん草



27日(火)

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
・かいわれ



ソーメン汁

・ソーメン
・ねぎ



28日(水)

煮込みハンバーグ

・玉ねぎ
・しめじ
・人参
・ブロッコリー



コンソメスープ

・玉ねぎ
・人参
・きゃべつ



29日(木)

じゅうい

・肉
・人参
・しめじ
・しいたけ
・ひじき



アーサ汁

・アーサ
・豆腐



30日(金)

さば竜田揚げ

・さばフィーレ



もやし炒め

・もやし
・玉ねぎ
・人参
・ウインナー

