



# 2019年度 心身科学部 健康栄養学科 3年生 給食経営管理実習 献立のご案内



今年度は、5月16日(木)より開始します。皆様のご利用を心よりお待ちしております。



**5月16日(木)**  
 ビビンバ  
 きゅうりとキャベツの塩こんぶ和え  
 かきたまスープ  
 フルーツヨーグルト

**5月21日(火)**  
 海鮮焼きそば  
 ブロッコリーとにんじんのマヨネーズ和え  
 中華風酢の物  
 牛乳寒天

**5月23日(木)**  
 ごはん  
 サバの味噌煮  
 大根サラダ  
 ブロッコリーの和え物  
 小松菜と卵のスープ  
 抹茶プリン

**5月28日(火)**  
 ごはん  
 からあげ  
 サラダ  
 春雨スープ  
 フルーツポンチ

**5月30日(木)**  
 ドライカレー  
 春雨サラダ  
 中華スープ  
 杏仁豆腐

**6月4日(火)**  
 枝豆とひじきの炊き込みごはん  
 鯛の蒲焼き  
 さつまいものりんご煮  
 ほうれん草ときのこのすまし汁  
 パンナコッタ

**6月6日(木)**  
 メカジキのトルティーヤ  
 ミネストローネ  
 リンゴのヨーグルト

**6月11日(火)**  
 ごはん  
 ブルコギ  
 もやしと旬野菜のナムル  
 つけ合わせ  
 チゲスープ  
 キョndan

**6月13日(木)**  
 お休み

**6月18日(火)**  
 お休み

**6月20日(木) A**  
 鶏豚しゃぶアボカド丼  
 小松菜としらすのおかか和え  
 ゴロゴロ野菜スープ  
 スイーツポテスティック

**6月25日(火) A**  
 ごはん  
 チンジャオロース  
 春雨サラダ  
 中華スープ  
 ヨーグルトゼリー

**6月27日(木) A**  
 ロコモコ風チキン  
 ネバネバサラダ  
 和風スープ  
 チョコクランチ

**7月2日(火) A**  
 夏野菜の肉みそ丼  
 卵スープ  
 マンゴープリン

**B**  
 ごはん  
 タラのトマトパツァ  
 小松菜としらすのおかか和え  
 ゴロゴロ野菜スープ  
 スイーツポテスティック

**B**  
 ごはん  
 エビチリ  
 春雨サラダ  
 中華スープ  
 ヨーグルトゼリー

**B**  
 ごはん  
 あじの竜田揚げ  
 ネバネバサラダ  
 和風スープ  
 チョコクランチ

**B**  
 ごはん  
 白身魚の甘酢あんかけ  
 焼きなす~中華ソースがけ~  
 卵スープ  
 マンゴープリン

**7月4日(木) A**  
 ごはん  
 すき焼き  
 小松菜のじゃこいため  
 アーサー汁  
 鬼まんじゅう

**7月9日(火) A**  
 菜飯  
 ひきずり  
 オクラと長芋の和みそ炒め  
 根菜のお吸い物  
 フルーツカルピスジャベット

**7月11日(木) A**  
 ソフト麺  
 鶏ももの竜田揚げ  
 ゆかりキャベツ  
 ミートソース  
 冷凍みかん

**7月16日(火) A**  
 揚げパン  
 白身魚のつみれスープ  
 ナムル  
 カットスイカ

**B**  
 ごはん  
 ちゃんちゃん焼き  
 小松菜のじゃこいため  
 アーサー汁  
 鬼まんじゅう

**B**  
 ざるきしめん  
 桜エビとしらすのかき揚げ  
 オクラと長芋の和みそ炒め  
 ブロッコリーとささみの和みそ炒め  
 フルーツカルピスジャベット

**B**  
 ソフト麺  
 鮭のムニエル  
 ゆかりキャベツ  
 ミートソース  
 冷凍みかん

**B**  
 揚げパン  
 ポークシチュー  
 ナムル  
 カットスイカ

**食券の販売について**

ランチは、1食¥400です。  
 おつりの無いようにご協力をお願いします。

**【販売時間】**  
 10:50~売り切れまで

**【販売場所】**  
 14号館1階 玄関内

**【販売数】**  
 毎回100~130食(当日販売)  
 まとめ買いは**おひとり様5枚まで**です。

**\*6月20日(木)より**  
**選択メニューになります。**

献立内容は、変更する場合があります。予めご了承ください。

