

北横中・高 青雲寮

パントリー

weekly menu



			11月6日	月	11月7日	火	11月8日	水	11月9日	木	11月10日	金	11月11日	土	11月12日	日
朝食	 7:00 \$ 8:00		ハンバーグ たまごサラダ・ツナマヨ ウインナー・ベーコン フルーツ 野菜サラダ コーンポタージュ ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		さばの塩焼 たこやき とろろ芋 ヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		バジルチキン オムレツ マカロニサラダ ゼリー 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ミートボール アメリカンドッグ オクラお浸し フルーチェ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ロールキャベツトマト煮 チキンナゲット 彩り野菜の白和え アロエヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ジャーマンポテト 豆腐野菜ハンバーグ ほうれん草の胡麻和え フルーツ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		豚焼肉 焼売 中華サラダ ゼリー 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク	

昼食	 12:40 \$ 13:10	A定食	豚肉の蒲焼き丼 853 kcal	鶏肉の照焼き 860 kcal	エスカロップ 749 kcal	パイコー飯 1028 kcal	ポークソテーきのこソース 1027 kcal	フライドチキン 865 kcal	ペスカトーレ 970 kcal
		カレー定食	ビーフカレー 8778 kcal	キーマカレー 868 kcal	ハンバーグカレー 948 kcal	ぎょうざカレー 868 kcal	カツカレー 1077 kcal	唐揚げカレー 1032 kcal	
		麺定食	とんこつラーメン 619 kcal	塩ラーメン 589 kcal	かしわ天うどん 647 kcal	混ぜそば 563 kcal	醤油ラーメン 617 kcal	味噌ラーメン 658 kcal	
		副菜	揚げ出し豆腐 味噌汁	じゃがいものカレーソテー 味噌汁	ごろっとかぼちゃの彩りサラダ 味噌汁	シーザーサラダ スープ	はんぺんチーズフライ 味噌汁	焼きうどん 味噌汁	しゃぶしゃぶサラダ スープ

夕食	 16:30 \$ 18:30	A定食	鶏肉のネギマヨ焼き 1252 kcal	プルコギ丼 1212 kcal	ちゃんぽんラーメン 793 kcal	鶏肉の香草焼き 954 kcal	ほっけの塩焼き 853 kcal	エビチリソース丼 865 kcal	デミグラスハンバーグ 911 kcal
		副菜	フライ盛り合わせ ミックスサラダ 味噌汁 ライス	温泉卵 ミックスサラダ スープ	ミニ肉まん ゴマ団子 ライス	ゼリー クリームシチュー ライス	親子とじ 具だくさん汁 ライス	春巻き・揚げ餃子 ミックスサラダ スープ	豆乳ブラマンジェ ミックスサラダ 味噌汁 ライス
夜食	21:10 \$ 21:35		パン	おにぎり	パン	串団子	おにぎり	パン	



★寮内でのライス・味噌汁（スープ）はセルフサービスです。
★食材仕入等の都合によりメニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
★定食には小鉢1品、ライス、味噌汁がつきます。
★お米はななつぼしブレンドを使用しています。

北横中・高 青雲寮

パントリー

weekly menu



			11月13日	月	11月14日	火	11月15日	水	11月16日	木	11月17日	金	11月18日	土	11月19日	日
朝食	 7:00 \$ 8:00		ハンバーグ たまごサラダ・ツナマヨ ウインナー・ベーコン フルーツ 野菜サラダ コーンポタージュ ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		マカロニグラタン さばの塩焼き とろろ ヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ペペロンチキン たこやき 中華サラダ ゼリー 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		豚すき煮 アメリカンドッグ スパゲティサラダ フルーチェ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		エビボール煮 チキンナゲット パンプキンサラダ アロエヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		豚焼肉 厚焼卵 きんぴらごぼう フルーツ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		照り焼きつくね コロッケ ほうれん草の胡麻和え フルーツ缶 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク	

昼食	 12:40 \$ 13:10	A定食	函館チャイニーズチキン 960 kcal	かつ丼 972 kcal	豚肉の漬焼き 1005 kcal	ガパオライス 823 kcal	鶏肉の味噌だれ焼き 994 kcal	ハンバーグシャリアピンソース 806 kcal	スパゲティナポリタン 1104 kcal
		カレー定食	メンチカツ・エビフライカレー 1018 kcal	ぎょうざカレー 1039 kcal	ハンバーグカレー 889 kcal	唐揚げカレー 1018 kcal	カツカレー 1120 kcal	チキンとごろうと野菜のカレー 1027 kcal	
		麺定食	黒醤油ラーメン 660 kcal	塩ラーメン 691 kcal	味噌ラーメン 628 kcal	混ぜそば 638 kcal	醤油ラーメン 700 kcal	とんこつラーメン 731 kcal	
		副菜	じゃがいもとウインナーのソテー 味噌汁	大学いも 味噌汁	キムチ豆腐 味噌汁	棒棒鶏サラダ スープ	白菜と豚肉の旨トロ煮 清し汁	ハムカツ 味噌汁	バジルチキン スープ

イベントメニュー

夕食	16:30 \$ 18:30	A定食	豚肉の生姜焼き 1138 kcal	ビーフストロガノフ 907 kcal	チーズカレーうどん 961 kcal	ポークソテーマトソース 1167 kcal	焼肉 2700 kcal	ソースカツ 842 kcal	さばの竜田揚げ 984 kcal
		副菜	イカリングフライ さつま汁 ライス	ベーコンと温野菜のオーロラソース ミックスサラダ スープ	えび焼売・コロッケ プリン ライス	チーズはんぺんフライ ミックスサラダ 味噌汁 ライス	三色ナムル キムチ マンゴープリン わかめスープ ライス	豆乳プリン 具だくさん汁 ライス	巾着煮 白湯スープ ライス
夜食	21:10 \$ 21:35		パン	おにぎり	パン	焼きうどん	おにぎり	パン	



★寮内でのライス・味噌汁（スープ）はセルフサービスです。
★食材仕入等の都合によりメニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
★定食には小鉢1品、ライス、味噌汁が付きです。
★お米はななつぼしブレンドを使用しています。

北横中・高 青雲寮

パントリー

weekly menu



		11月20日	月	11月21日	火	11月22日	水	11月23日	木	11月24日	金	11月25日	土	11月26日	日
朝食	 7:00 8:00	ハンバーグ たまごサラダ・ツナマヨ ウインナー・ベーコン フルーツ 野菜サラダ コーンポタージュ ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		つくねの和風おろしソース フライドポテト 揚げ茄子のみそ炒め 杏仁フルーツ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		卵豆腐肉あんかけ チキンナゲット ひじきと野菜の彩煮 ゼリー 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		鶏大根 たこやき パンプキンサラダ いちごヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ミートボール アメリカンドッグ とろろ芋 フルーチェ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ベーコンスクランブル メンチカツ 胡麻和え フルーツ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		豚焼肉 コロケ おくらのお浸し フルーツ缶 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク	

昼食	 12:40 13:10	A定食	山賊焼	味噌カツ	ポークソテーアップルジンジャー	タコライス	スタミナ焼肉丼	ザンタレ	麻婆豆腐丼
			956 kcal	866 kcal	920 kcal	929 kcal	795 kcal	871 kcal	712 kcal
		カレー定食	ハンバーグカレー	唐揚げカレー	カツカレー		キーマカレー	ぎょうざカレー	
			950 kcal	1010 kcal	1038 kcal		942 kcal	925 kcal	
		麺定食	とんこつラーメン	混ぜそば	肉うどん		味噌ラーメン	塩ラーメン	
			736 kcal	635 kcal	564 kcal		712 kcal	577 kcal	
		副菜	ジャージャー豆腐 味噌汁	豆腐サラダ スープ	なすのミートソース 味噌汁	コロケ 卵スープ	ハムカツ 味噌汁	春雨サラダ 味噌汁	豚しゃぶサラダ 中華スープ

夕食	 16:30 18:30	A定食	ポークチャップ	ハッシュドオムライス	青椒肉絲麺	BBQチキン	さばの味噌煮	デミソースハンバーグ	イベントメニュー ピザ
			1027 kcal	991 kcal	1054 kcal	1056 kcal	930 kcal	914 kcal	1630 kcal
		副菜	ジャーマンポテト ミックスサラダ 味噌汁 ライス	コーヒート牛乳プリン ミネストローネ	水餃子 果物 ライス	春巻 ミックスサラダ 味噌汁 ライス	豚肉の卵とじ けんちん汁 ライス	ペペロンチーノ ミックスサラダ スープ ライス	フライドポテト ポテトフライ ミックスサラダ
夜食	21:10 21:35		パン	おにぎり	パン	おにぎり	肉まん・あんまん	パン	



★寮内でのライス・味噌汁（スープ）はセルフサービスです。
★食材仕入等の都合によりメニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
★定食には小鉢1品、ライス、味噌汁が付きまます。
★お米はななつぼしブレンドを使用しています。

北横中・高 青雲寮

パントッピングデー

weekly menu



			11月27日	月	11月28日	火	11月29日	水	11月30日	木	12月1日	金	12月2日	土	12月3日	日
朝食	 7:00 \$ 8:00		ハンバーグ たまごサラダ・ツナマヨ ウインナー・ベーコン フルーツ 野菜サラダ コーンポタージュ ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ペペロンチキン たこやき 中華サラダ ゼリー 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		肉団子のコンソメ煮 魚の照焼き とろろ ヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		豚肉の生姜炒め アメリカンドッグ 彩り野菜の白和え フルーチェ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		ポトフ チキンナゲット スパゲティサラダ アロエヨーグルト 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		豚焼肉 ポテトボール きんぴらごぼう フルーツ 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク		塩つくね なすのミートグラタン いんげん胡麻和え フルーツ缶 野菜サラダ 味噌汁 ライス・パン 佃煮・納豆・海苔 牛乳・ソフトドリンク	

昼食	 12:40 \$ 13:10	A定食	豚肉の甘辛焼 1051 kcal	きのこ煮込みハンバーグ 842 kcal	チキン南蛮 1050 kcal	ビビンバ丼 941 kcal	回鍋肉 1003 kcal	親子丼 908 kcal	クリームスパゲティ 1017 kcal
		カレー定食	カツカレー 1105 kcal	バターチキンカレー 846 kcal	ハンバーグカレー 839 kcal	ぎょうざカレー 950 kcal	唐揚げカレー 946 kcal	ビーフカレー 941 kcal	
		麺定食	混ぜそば 677 kcal	醤油ラーメン 562 kcal	肉うどん 526 kcal	混ぜそば 708 kcal	塩ラーメン 543 kcal	味噌ラーメン 635 kcal	
		副菜	ハッシュドポテト 味噌汁	シーザーサラダ 味噌汁	厚揚げのチゲ煮 味噌汁	大学いも わかめスープ	豆腐のカニ風味あんかけ 春雨と白菜のスープ	ジャーマンポテトサラダ 味噌汁	ソーセージ&ポテト スープ

夕食	 16:30 \$ 18:30	A定食	鶏肉の竜田揚げ 1027 kcal	牛丼 991 kcal	担々麺 1054 kcal	ポークソテークリームソース 1056 kcal	魚のマヨネーズ焼き 930 kcal	ミックスフライ 914 kcal	油淋鶏 1630 kcal
		副菜	パンプキンサラダ ミックスサラダ 味噌汁 ライス	温泉卵 ワッフル ミックスサラダ 味噌汁	春巻 果物 ライス	ビーフソテー ミックスサラダ 味噌汁 ライス	磯部しゅうまい ミックスサラダ 味噌汁 ライス	焼きなすの煮浸し ミックスサラダ 豚汁 ライス	南瓜ソテー ミックスサラダ 味噌汁 ライス
夜食	21:10 \$ 21:35		パン	おにぎり	パン	串団子	おにぎり	パン	



★寮内でのライス・味噌汁（スープ）はセルフサービスです。
★食材仕入等の都合によりメニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
★定食には小鉢1品、ライス、味噌汁がつきます。
★お米はななつぼしブレンドを使用しています。