

北横中・高 青雲寮

パントリー

weekly menu



		3月4日	月	3月5日	火	3月6日	水	3月7日	木	3月8日	金	3月9日	土	3月10日	日
朝食	 7:00 S 8:00	ハンバーグ		つくねの和風おろしソース		バジルチキン		ミートボール		ロールキャベツ~コンソメ~		ジャーマンポテト		ベーコンスクランブル	
		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・生卵・海苔 牛乳・ソフトドリンク		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		オムレツ マカロニサラダ 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		アメリカンドッグ 生卵 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		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		豆腐野菜ハンバーグ 生卵 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		焼売 中華サラダ みかんゼリー 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 S 13:10	A定食	かつ丼	北海道ザンギ	パイコー飯	ガパオライス	ポークソテーきのこソース	照り焼き三色丼	ペスカトーレ
			946 kcal	934 kcal	1027 kcal	789 kcal	1086 kcal	977 kcal	1003 kcal
		カレー定食	からあげカレー	キーマカレー	シーフードカレー	カツカレー	ハンバーグカレー	ぎょうざカレー	
		1088 kcal	875 kcal	697 kcal	1031 kcal	956 kcal	950 kcal		
	麺定食	混ぜそば	塩ラーメン	醤油ラーメン	かしわ天うどん	混ぜそば	味噌ラーメン		
	708 kcal	596 kcal	529 kcal	609 kcal	651 kcal	651 kcal			
	副菜	大学いも	カレー肉じゃが	シーザーサラダ	しゃぶしゃぶサラダ	チーズはんぺんフライ	焼きうどん	棒棒鶏サラダ	
		味噌汁	味噌汁	スープ	スープ	味噌汁	味噌汁	スープ・ライス	

イベントメニュー

夕食	 16:30 S 18:30	A定食	鶏肉の竜田焼	ビーフガーリックライス	手ごねハンバーグ	名古屋名物台湾ラーメン	さばの竜田揚げ	ソースカツ	えびチリソース丼
			921 kcal	1055 kcal	1007 kcal	975 kcal	976 kcal	867 kcal	933 kcal
	副菜	南瓜ソテー	ベーコンと温野菜のオーロラソース		ミニ肉まん	巾着煮		春巻き・揚餃子	
		ミックスサラダ	ミックスサラダ	人参ポタージュ	ミックスサラダ	白湯スープ	具だくさん汁	ミックスサラダ	
		味噌汁	スープ	ライス	ライス	ライス	ライス	スープ	
		ライス		プリンアラモード			ドームケーキ		
夜食	21:10 S 21:35	函館メロンパン	おにぎり	焼きそばパン	手巻き寿司	フランクフルト	チーズ蒸しパン		
		ベーカリーのいちごケーキ		テリヤキバーガー			ニューラウンディ		



★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



		3月11日	月	3月12日	火	3月13日	水	3月14日	木	3月15日	金	3月16日	土	3月17日	日
朝食	 7:00 § 8:00	ハンバーグ	マカロニグラタン	ペペロンチキン	豚すき煮	エビボール煮	豚焼肉	つくねの照焼							
		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・生卵・海苔 牛乳・ソフトドリンク	さばの塩焼 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	たこやき 生卵 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	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	チキンナゲット 生卵 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	厚焼卵 きんぴらごぼう 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	コーンコロケ 生卵 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 964 kcal	豚肉の蒲焼き丼 885 kcal	ポークソテーマトソース 1104 kcal	黒酢酢鶏 1029 kcal	エスカロップ 764 kcal	鶏肉の味噌だれ焼 942 kcal	北海味噌ラーメン 961 kcal
		カレー定食	バターチキンカレー 1034 kcal	ぎょうざカレー 903 kcal	ハンバーグカレー 944 kcal	唐揚げカレー 1052 kcal	カツカレー 1069 kcal	ビーフカレー 989 kcal	
		麺定食	混ぜそば 668 kcal	みそラーメン 555 kcal	とんこつラーメン 730 kcal	混ぜそば 672 kcal	醤油ラーメン 609 kcal	しおラーメン 683 kcal	
		副菜	じゃがいもとウインナー 味噌汁	揚出豆腐 味噌汁	ハッシュドポテト 味噌汁	白菜と豚肉の旨トロ煮 スープ	ごろっとかぼちゃの彩りサラダ コンソメスープ	ハムカツ 清し汁	エビチリ ライス

夕食	 16:30 § 18:30	A定食	豚肉の生姜焼 1162 kcal	プルコギ丼 1030 kcal	チーズカレーうどん 966 kcal	豚肉の醤油麹焼き 872 kcal	ほっけの塩焼き 609 kcal	ハンバーグシャリアピン 747 kcal	チキンステーキクリームソース 863 kcal
		副菜	イカリングフライ さつま汁 ライス	温泉卵 ミックスサラダ スープ	えび焼売 牛肉コロケ ライス 抹茶プリン	キムチ豆腐 ミックスサラダ 味噌汁 ライス	親子とじ 具だくさん汁 ライス	コーンソテー ミックスサラダ 味噌汁 ライス	白身魚フライ ミックスサラダ スープ ライス
夜食	21:10 § 21:35		ずっしり りんごとクリーム パーカーサンド チーズメンチ	おにぎり	クリームパン ジャムパン	焼きおにぎり	串だんご	メロンパン ホイップサンド コーンパン	



★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



		3月18日	月	3月19日	火	3月20日	水	3月21日	木	3月22日	金	3月23日	土	3月24日	日																																																	
朝食	 7:00 S 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・生卵・海苔	牛乳・ソフトドリンク	赤魚の照り焼	フライドポテト	揚げ茄子のみそ炒め	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	鶏大根	たこやき	生卵	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	卵豆腐肉あんかけ	チキンナゲット	ひじきと野菜の彩煮	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	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	ベーコンスクランブル	メンチカツ	ごま和え	オレンジ	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	チーズポテトボール	生卵	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 S 13:10	A定食	チキン南蛮	1047 kcal	タコライス	941 kcal	ポークチャップ	1091 kcal	山賊焼	965 kcal	エビカツ丼	913 kcal	ザンタレ	867 kcal	クリームスパゲティ	885 kcal	
		カレー定食	ハンバーグカレー	839 kcal	唐揚げカレー	1052 kcal											
		麺定食	塩ラーメン	529 kcal	混ぜそば	677 kcal											
		副菜	厚揚げのチゲ煮	味噌汁	ハッシュドポテト	卵スープ	ジャーマンポテト	味噌汁	ジャージャー豆腐	味噌汁	ビーフンソテー	味噌汁	春雨サラダ	味噌汁	豚しゃぶサラダ	スープ・ライス	

夕食	 16:30 S 18:30	A定食	ポークソテーアップルジンジャー	941 kcal	スープカレー	1038 kcal	青椒肉絲麵	1093 kcal	麻婆豆腐丼	754 kcal	さばの味噌煮	910 kcal	デミソースハンバーグ	934 kcal	BBQチキン	1054 kcal				
		副菜	なすのミートソース	ミックスサラダ	味噌汁	ライス	野菜コロッケ	コーヒー牛乳プリン	小籠包	ライス	フルーツ	水ぎょうざ	ミックスサラダ	中華スープ	けんちん汁	ライス	豚肉の卵とじ	スープ	ライス	春巻

夜食	21:10 S 21:35		抹茶あんぱん	ショコラケーキ	おにぎり	メロンパン	手巻き寿司	焼うどん	ずっしり ブルーベリーチーズケーキ風
----	---------------------	--	--------	---------	------	-------	-------	------	--------------------



★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。

北嶺中・高 青雲寮

weekly menu



		3月25日	月	3月26日	火	3月27日	水	3月28日	木	3月29日	金	3月30日	土	3月31日	日
朝食	 7:00 S 8:00	やきとり		肉団子のコンソメ煮		ペペロンチキン		塩つくね		ベーコンスクランブル		豚肉の生姜炒め		バジルチキン	
		野菜コロッケ		さばの塩焼		たこやき		なすのミートグラタン		チキンナゲット		フライドポテト		アメリカンドッグ	
		生卵		とろろ		生卵		彩り野菜の白和え		スパゲティサラダ		生卵		いんげん胡麻和え	
		レタス		フルーチェ		ヨーグルト		ゼリー		アロエヨーグルト		フルーツ		フルーツ缶	
		中華サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ	
		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁	
		ライス		ライス・パン		ライス・パン		ライス・パン		ライス・パン		ライス・パン		ライス・パン	
		佃煮・納豆・海苔		佃煮・納豆・海苔		佃煮・納豆・海苔		佃煮・納豆・海苔		佃煮・納豆・海苔		佃煮・納豆・海苔		佃煮・納豆・海苔	
		牛乳・ソフトドリンク		牛乳・ソフトドリンク		牛乳・ソフトドリンク		牛乳・ソフトドリンク		牛乳・ソフトドリンク		牛乳・ソフトドリンク		牛乳・ソフトドリンク	

昼食	 12:40 S 13:10	A定食	ビビンバ丼	牛丼	ちゃんぽんラーメン	油淋鶏	ポークソテークリームソース	スタミナ焼肉丼	ボリューム満点ペペロンチーノ
					941 kcal	1148 kcal	1084 kcal	869 kcal	1052 kcal
		カレー定食							
		麺定食							
		副菜	大学いも わかめスープ	豆腐サラダ・温泉卵 味噌汁	胡麻団子 ライス	シーザーサラダ 味噌汁	ジャーマンポテトサラダ 味噌汁	春巻 味噌汁	ポテチサラダ スープ・ライス

夕食	 16:30 S 18:30	A定食	鶏肉のネギマヨ焼	豚肉の甘辛焼	味噌カツ	回鍋肉	魚のマヨネーズ焼	ミックスフライ	きのこ煮込みハンバーグ
					991 kcal	1107 kcal	837 kcal	1001 kcal	844 kcal
		副菜	エビカツ&イカリング	ハムカツ	豆腐サラダ	豆腐のカニ風味あんかけ	磯部しゅうまい	挽肉となすの味噌炒め	南瓜ソテー
			味噌汁 ライス	味噌汁 ライス	スープ ライス	春雨と白菜のスープ ライス	味噌汁 ライス	豚汁 ライス	味噌汁 ライス
夜食	21:10 S 21:35		エッグメンチロール	おにぎり	ニューラウンディ	おにぎり	ミニカルボナーラ	ピザデニッシュ	



★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。