

ふたば未来学園

2025年06月02日 (月) ~ 2025年06月08日 (日)

	6月2日(月)	6月3日(火)	6月4日(水)	6月5日(木)	6月6日(金)	6月7日(土)	6月8日(日)
朝食	ごはん 味噌汁 ミートボールの甘酢あん 春雨サラダ ●ヤクルトミルミル 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	食パン&ミニデ・イチカ&スト ごはん ツナ&ブ たまごの炒め物 ごぼうサラダ ●ヨーグルト 納豆 温泉卵 たいみそ・ふりかけ	ごはん 味噌汁 ツナじゃが 豆たっぶりサラダ ●フルーツグラノーラ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	ごはん 味噌汁 野菜のスクランブル マカロニサラダ ●ジョア 納豆 温泉卵 牛乳 たいみそ・ふりかけ	ごはん 味噌汁 甘辛肉団子 キャベツソテー ●ヨーグルト 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	食パン ごはん コンソメスープ 焼きそば ポテトサラダ ●ジョア 納豆 温泉卵 牛乳 たいみそ・ふりかけ	ごはん 味噌汁 白菜ソテー ミニオムレツ ●飲むヨーグルト 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ
昼食							
夕食	ごはん 味噌汁 タラのチリソース じゃがいもの生姜煮 小松菜の辛し和え ●にら鰻頭 グレープゼリー 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	肉うどん ごはん かき揚げ ほうれん草の胡麻和え ●照り焼きチキン ★フルーチェ (いちご) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん すまし汁 豚肉のにんにく味噌炒め 金平ごぼう 大根のおかか和え ●うずら串フライ フルーツ (バナナ) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん すまし汁 カリタチキン ポテトベークコン焼き 白菜のドレッシング和え 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	バーガーパン ごはん ミニクリムシチュー 照り焼きハンバーグ スパゲティサラダ 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん 中華スープ 豚キムチ炒め じゃが麻婆 ナムル 牛乳 りんごジュース	ごはん 味噌汁 白身フライ 大根とがんもの煮物 小松菜の磯和え 牛乳 野菜ジュース
夕食	ごはん 味噌汁 タラのチリソース じゃがいもの生姜煮 小松菜の辛し和え ●にら鰻頭 グレープゼリー 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	肉うどん ごはん かき揚げ ほうれん草の胡麻和え ●照り焼きチキン ★フルーチェ (いちご) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん すまし汁 豚肉のにんにく味噌炒め 金平ごぼう 大根のおかか和え ●うずら串フライ フルーツ (バナナ) 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん すまし汁 カリタチキン ポテトベークコン焼き 白菜のドレッシング和え 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	バーガーパン ごはん ミニクリムシチュー 照り焼きハンバーグ スパゲティサラダ 牛乳 ピンクグレープフルーツジュース	ごはん 中華スープ 豚キムチ炒め じゃが麻婆 ナムル 牛乳 りんごジュース	ごはん 味噌汁 白身フライ 大根とがんもの煮物 小松菜の磯和え 牛乳 野菜ジュース

●はアスリート食のみの提供となります。★印は学生リクエストメニュー。