

主菜のお品書き (2016年6月現在)

全食種共通です

管理栄養士監修献立

魚料理

かじきのきのこ焼
かじきの照焼
かじきの洋風炒め
白身魚のフライ
シルバーの塩麴漬け焼
シルバーの黄身焼
シルバーの舞茸あん
サーモンフライ
たらの子りソース
たらの磯辺揚げ
ぶりの照焼
ぶりの生姜煮
ぶり大根
ホキのホワイトソース
ホキの菜種焼
ホキの西京味噌漬け焼
鱈の幽庵焼
ほっけの胡麻焼
ほっけの醤油漬け焼
まぐろの竜田揚げ
メバルの煮付け
メルルーサのおろしかけ
メルルーサの梅風味焼
鱈の辛味噌焼
鱈の梅煮
黒むつの紅葉おろし
黒むつの煮付け
鮭のベーコン風味焼
鮭のマヨネーズ焼
鮭のムニエル
鮭の塩焼
鮭の南蛮焼

魚料理

鯖の塩焼
鯖の照焼
赤魚のおろし煮
赤魚のねぎソース
赤魚の粕漬け焼

鶏肉料理

チキンカツ
チキンのパスタ添え
鶏南蛮
鶏肉とじゃが芋の塩麴炒め
鶏肉と根菜の煮物
鶏肉と白菜のポン酢仕立て
鶏肉と野菜のクリームソース
鶏肉と野菜のケチャップ炒め
鶏肉のカシューナッツ炒め
鶏肉のカレー風味焼
鶏肉のトマトチーズ焼
鶏肉のパプリカ焼
鶏肉のハワイアンソテー
鶏肉のバンジョーソース
鶏肉のピカタトマトソース
鶏肉のマスタード焼
鶏肉のレモン焼
鶏肉の甲州ワイン煮
鶏肉の黒酢野菜かけ
鶏肉の照焼
鶏肉の唐揚げ香味ソース
鶏肉の味噌マヨかけ
鶏肉の野菜甘酢かけ

鶏肉料理

親子煮
若鶏の八幡巻
炒り鶏
鶏肉の竜田揚げ

牛肉料理

すき焼
チンジャオロースー
ハンバーグデミグラスソース
ハンバーグトマトソース
ビーフカレー
牛肉とねぎの甘辛炒め
牛肉と茄子の韓国風
牛肉と野菜のトマト煮込み
牛肉のシャリアピンソース
牛肉のレモン炒め
牛肉の甘辛煮
牛肉の赤ワイン煮
肉じゃが
和風ハンバーグ

豚肉料理

豚肉の野菜マリネ
豚肉の野菜みぞれ和え
豚肉の卵とじ
肉団子の豆乳野菜がけ
肉豆腐
ひれかつ
ホイコーロー
ポークソテー
黒酢豚
豚肉とかぶの味噌煮
豚肉ときのこの炒め物
豚肉とにんにくの芽の炒め物
豚肉とねぎの炒め煮
豚肉と茄子の豆板醤炒め
豚肉と厚揚げの中華炒め
豚肉と細切り野菜の炒め物
豚肉と野菜のカレー炒め
豚肉のおろし和え
豚肉のきのこソース
豚肉のバルサミコソース
豚肉のポンしゃぶ風
豚肉のマスタード炒め
豚肉の彩り野菜かけ
豚肉の生姜焼

その他の料理

いかとえびの子りソース
いかと野菜の四川炒め
いかのトマトソース
えびとえんどうの炒め物
えびと白菜の中華炒め
えびマヨ
オムレツ
オムレツデミグラスソース
オムレツホワイトソース
カニクリームコロッケ
がんもと野菜煮
ゴーヤチャンプルー
スナップエンドウ卵炒め
ニラ玉
ロールキャベツ
厚揚げと野菜の煮物
厚揚げの子り炒め
筑前煮
冬瓜の湯葉あんかけ
豆腐の寄せ揚げ
豆腐ハンバーグ
八宝菜
麻婆茄子
麻婆豆腐
野菜コロッケ
野菜スープもっちり餃子
野菜のえびあんかけ

