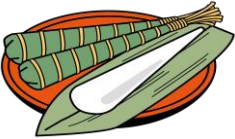


令和6年5月 学校給食献立予定表

東京都立足立・小台橋高等学校

月	火	水	木	金
		1	2	3
今月の平均栄養素量 エネルギー 789kcal たんぱく質 33.8g 塩分 3.5g です。 ※他に牛乳が毎回付きます	【★重要★】 業者の食材仕入れ期間を確保するため、5月7日(火)～10日(金)分の給食予約締切日を1週間早めます。ご了承ください。 足立高校：4月22日(月) 小台橋高校：4月19日(金)	※足立高校給食なし ソース焼きそば 大根とささみの粒マスタード和え トマトのクリームスープ 747kcal/34.2g/4.3g	ご飯 イカのみりん揚げ ビーフンの炒め物 辛子和え 味噌汁 753kcal/33.7g/3.6g	憲法記念日
6	7	8	9	10
振替休日 	フレンチトースト チリコンカン アスパラガスサラダ りんごゼリー 818kcal/39.1g/2.9g	塩昆布ご飯 サワラのゴママヨ焼き おひたし 切り干し大根の煮物 味噌汁 784kcal/34.3g/3.9g	鶏の竜田揚げ丼 ゴマ酢和え 味噌汁 857kcal/33.2g/2.9g	ご飯 回鍋肉 春雨サラダ 酸辣湯 817kcal/34.6g/3.3g
13	14	15	16	17
ご飯 鶏の塩こうじ焼き ジャガイモのソテー 土佐酢和え 味噌汁 733kcal/32.2g/2.9g	ご飯 白身魚のトマトソースがけ 野菜炒め ゴマドレッシングサラダ ベジタブルチャウダー 750kcal/32.2g/2.9g	ゴマ味噌うどん 厚揚げのそぼろ煮 磯和え 769kcal/38.4g/4.3g	※小台橋高校給食なし ご飯 メンチカツ 野菜の梅和え 味噌汁 883kcal/33.9g/3.2g	※小台橋高校給食なし チキンドリア グリーンサラダ きのこスープ 877kcal/32.6g/3.4g
20	21	22	23	24
ご飯 サバの大葉味噌焼き 甘辛ごぼう 大根の葱ドレッシングがけ すまし汁 787kcal/34.1g/3.2g	ご飯 豚肉と野菜のすき焼き風煮 青菜のアーモンド和え 味噌汁 787kcal/36.2g/3.6g	カレーライス ごぼうサラダ きのこ卵のスープ 863kcal/32.1g/3.1g	野沢菜チャーハン 棒棒鶏サラダ 味噌汁 ぶどうゼリー  761kcal/30.4g/3.9g	コッペパン サーモンフライ こんにゃくサラダ 3色スープ 723kcal/38.7g/3.7g
27	28	29	30	31
開化丼 大根サラダ 味噌汁 小玉すいか 730kcal/31.3g/3.5g	わかめご飯 厚揚げのきのこあんかけ ゴマ味噌和え すまし汁 784kcal/34.9g/3.6g	ご飯 ヤンニョムチキン ナムル チャプチェ わかめスープ 891kcal/32.8g/3.2g	五目ご飯 ホッケの塩焼き こんにゃくのおかか炒め ひじきと青菜のサラダ 味噌汁 698kcal/31.1g/3.9g	キャベツとシラスのペペロンチーノ 海苔サラダ パンプキンポタージュ 755kcal/29.5g/3.3g

※都合により献立内容を変更させていただくことがあります。

※使用食品一覧表を食堂に掲示しますので、予約の際に参考にしてください。

※数値は「エネルギー/たんぱく質/塩分」です。

※飲用牛乳は毎日付きます。