

# 令和7年1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
<p>今月の平均栄養素量                      エネルギー 804kcal                      たんぱく質 34.6g                      塩分 3.6g                      です。                      ※他に牛乳が毎回付きます</p>	<p>2025年 令和7年</p> 	<p>※小台橋高校 給食なし                      ビビンバ                      海苔サラダ                      たけのこスープ</p>	<p>【お正月献立】                      七草ご飯                      松風焼き                      蓮根のきんぴら                      紅白なます                      白味噌雑煮</p>	<p>10                      麦ご飯                      サワラの味噌マヨネーズ焼き                      はりはり漬け                      ブロッコリーのホタテあんかけ                      すまし汁</p>
13	14	15	16	17
<p>成人の日</p> 	<p>焼き豚チャーハン                      五目びたし                      中華風コーンスープ</p>	<p>ココアパン                      クリームシチュー                      コーンサラダ                      パイナップルゼリー</p>	<p>麦ご飯                      サケの大葉味噌焼き                      辛子和え                      大根のエビあんかけ                      かき玉汁</p>	<p>枝豆ご飯                      豆腐ナゲット                      野菜炒め                      こんにゃくサラダ                      味噌汁</p>
20	21	22	23	24
<p>豚丼                      揚げごぼうのサラダ                      味噌汁</p>	<p>※小台橋高校 給食なし                      なめたけご飯                      マーミナーチャンプルー                      野菜のピリ辛和え                      味噌汁</p>	<p>※小台橋高校 給食なし                      麦ご飯                      カジキのトマトソースがけ                      粉ふき芋                      しめじと葱の炒め物                      クリームスープ</p>	<p>※小台橋高校 給食なし                      味噌ラーメン                      大根サラダ                      プリン</p>	<p>休業日</p> 
855kcal/35.7g/3.5g	843kcal/39.5g/4.0g	731kcal/33.1g/2.9g	794kcal/33.5g/4.6g	
27	28	29	30	31
<p>※足立高校 給食なし                      味噌ラーメン                      大根サラダ                      プリン</p>	<p>ご飯                      アジの南蛮漬け                      インゲンのゴマ和え                      ジャガイモの煮っころがし                      味噌汁</p>	<p>キーマカレー                      チーズサラダ                      ベーコンとジャガイモのスープ                      いちご</p>	<p>ご飯                      酢豚                      春雨サラダ                      中華スープ</p> 	<p>麦ご飯                      鶏の唐揚げ                      ビーフンの炒め物                      梅ドレッシングサラダ                      味噌汁</p>
794kcal/33.5g/4.6g	794kcal/33.0g/3.4g	819kcal/30.7g/3.4g	898kcal/37.6g/3.6g	855kcal/33.3g/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。