

# 令和7年4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                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 7                                                                                   | 8                                                                                           | 9                                                                                        | 10                                                                                                                                      | 11                                                                                |
| ※小台橋高校 給食なし<br>ご飯<br>タッカルビ<br>3色ナムル<br>かぶのスープ<br>788kcal/34.7g/3.1g                 | 入学式<br>    | ※小台橋高校 給食なし<br>麦ご飯<br>鶏肉のにんにく照り焼き<br>五目きんぴら<br>大根の葱ドレッシングがけ<br>味噌汁<br>718kcal/32.5g/3.4g | ※小台橋高校 給食なし<br>わかめご飯<br>サワラの山椒焼き<br>ブロッコリーの中華和え<br>こんにゃくとさつま揚げの甘辛煮<br>味噌汁<br>711kcal/34.1g/3.9g                                         | ※小台橋高校 給食なし<br>黒砂糖パン<br>チリコンカン<br>ジャガイモのハニーサラダ<br>フルーツヨーグルト<br>789kcal/35.7g/2.6g |
| 14                                                                                  | 15                                                                                          | 16                                                                                       | 17                                                                                                                                      | 18                                                                                |
| ※小台橋高校 給食なし<br>麦ご飯<br>鶏肉のバーベキューソース<br>ゴマ和え<br>チャブチェ<br>レタススープ<br>786kcal/32.1g/3.1g | ※小台橋高校 給食なし<br>きつねうどん<br>ポテトサラダ<br>白玉あずき<br>842kcal/29.2g/3.5g                              | ※小台橋高校 給食なし<br>ご飯<br>サケのちゃんちゃん焼き<br>粉ふき芋（カレー風味）<br>白菜の磯和え<br>せんべい汁<br>696kcal/34.5g/3.0g | ※小台橋高校 給食なし<br>塩昆布ご飯<br>干草焼き<br>こんにゃくのおかか炒め<br>海苔サラダ<br>味噌汁<br>784kcal/38.2g/4.2g                                                       | キーマカレー<br>グリーンサラダ<br>ニラ玉スープ<br>りんごゼリー<br>809kcal/29.5g/3.2g                       |
| 21                                                                                  | 22                                                                                          | 23                                                                                       | 24                                                                                                                                      | 25                                                                                |
| ご飯<br>豚キムチ<br>ゴマ酢和え<br>味噌汁<br>725kcal/32.6g/3.9g                                    | 菜飯<br>サバの塩焼き<br>辛子和え<br>かぶと油揚げの煮物<br>味噌汁<br>717kcal/35.0g/3.9g                              | チキンライス<br>チーズサラダ<br>ベーコンとジャガイモのスープ<br>桃ゼリー<br>794kcal/26.4g/3.4g                         | 麦ご飯<br>豆腐の中華煮<br>五目びたし<br>酸辣湯<br> 768kcal/39.0g/3.0g | ※小台橋高校 給食なし<br>バンズ（丸パン）<br>メンチカツ<br>野菜のピリ辛和え<br>味噌汁<br>769kcal/35.7g/3.9g         |
| 28                                                                                  | 29                                                                                          | 30                                                                                       | <p>今月の平均栄養素量<br/>エネルギー 762kcal<br/>たんぱく質 33.3g<br/>塩分 3.5g<br/>です。<br/>※他に牛乳が毎回付きます</p>                                                 |                                                                                   |
| グリーンピースご飯<br>白身魚のチリソースがけ<br>キャベツのにんにく炒め<br>海藻サラダ<br>五目スープ<br>784kcal/34.2g/3.9g     | 昭和の日<br> | キャベツとシラスのペペロンチーノ<br>マセドアンサラダ<br>豆乳スープ<br>オレンジ<br>714kcal/29.4g/3.5g                      |                                                                                                                                         |                                                                                   |

**食材発注の都合により、4月当初の予約締切日を以下のとおり早めさせていただきます。**  
**足立高校・小台橋高校とも、4月7日(月)～18日(金)分の予約締切日⇒3月28日(金)**  
**ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。**

※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。