

令和8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
			8	9
今月の平均栄養素量 エネルギー 792kcal たんぱく質 34.3g 塩分 3.8g です。 ※他に牛乳が毎回付きます	1月 24日～30日は、 全国学校給食週間！		※小台橋高校 納入業者による給食なし ゆかりご飯 塩ちゃんこ鍋 磯和え 黒糖蒸しパン	【お正月献立】 七草ご飯 松風焼き 五目きんぴら 紅白なます 白味噌雑煮
12	13	14	15	16
成人の日	麦ご飯 サケの照り焼き 菜花のおひたし 厚揚げの含め煮 味噌汁	かき玉うどん エビのマヨネーズ炒め ゴマ酢和え	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ 青梗菜と卵のスープ	ひじきご飯 白身魚の大葉味噌焼き ごぼうと糸こんの炒め煮 寒天サラダ すまし汁
	694kcal/37.7g/3.5g	743kcal/33.6g/4.4g	837kcal/38.4g/3.5g	652kcal/32.1g/3.9g
19	20	21	22	23
麦ご飯 鶏の唐揚げ ビーフンの炒め物 じゃこサラダ 味噌汁	メープルトースト カレーシチュー グリーンサラダ ぶどうゼリー	親子丼 酢の物 味噌汁 いちご	しらすご飯 サバのバター醤油焼き おひたし ジャガイモの土佐煮 味噌汁	※足立高校 納入業者による給食なし チキンドリア ジンジャーサラダ ミネストローネ
	871kcal/34.9g/3.3g	864kcal/32.4g/3.2g	830kcal/36.7g/3.5g	738kcal/36.7g/3.9g
26	27	28	29	30
※足立高校 納入業者による給食なし 味噌ラーメン 大根とささみの粒マスタード和え カスタークリン	※小台橋高校 納入業者による給食なし チキンドリア ジンジャーサラダ ミネストローネ	※小台橋高校 納入業者による給食なし 麦ご飯 カジキの更紗揚げ 野菜炒め もやしの甘酢びたし 味噌汁	※小台橋高校 納入業者による給食なし 味噌ラーメン 大根とささみの粒マスタード和え カスタークリン	※小台橋高校 納入業者による給食なし ご飯 豚肉のスタミナ炒め しらたきのナムル 味噌汁
	786kcal/36.1g/4.6g	883kcal/32.1g/3.9g	766kcal/34.0g/3.0g	786kcal/36.1g/4.6g
				790kcal/33.3g/3.8g

1月8日(木)～16日(金)の予約締切日は12月19日(金)です(納入業者が年末年始のお休みに入ってしまふため、早めに設定しています)。「学校給食予約システム」の「お知らせ」で詳細が確認できるのでご活用ください。

予約をした日は必ず食堂へ来て給食を食べてください。給食を食べない日は予約をしないでください。