






令和8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
<p>今月の平均栄養素量 エネルギー 766kcal たんぱく質 33.4g 塩分 3.5g です。 ※他に牛乳が毎回付きます</p>	<p>5月1日(金)の予約締切日は4月17日(金)です。給食を利用する場合、予約は各自で行ってください。また、予約をしないと給食は食べられません。ご利用される方は忘れずに予約してください。</p>			<p>1 中華風おこわ サケの塩焼き おかか和え 若竹煮 味噌汁 696kcal/39.7g/4.0g</p>
4	5	6	7	8
<p>みどりの日 </p>	<p>こどもの日 </p>	<p>振替休日 </p>	<p>ご飯 メダイの西京焼き 五目きんぴら 野菜のおろし和え すまし汁 678kcal/32.3g/3.0g</p>	<p>ちりめんご飯 豆腐のオイスターソース煮 拌三絲 野菜スープ 748kcal/39.4g/3.8g</p>
11	12	13	14	15
<p>キャベツとシラスのパペロンチーノ マセドアンサラダ ニラと卵のスープ りんごゼリー</p>	<p>【小台橋高校 給食なし】 麦ご飯 メンチカツ 辛子和え 味噌汁</p>	<p>【小台橋高校 給食なし】 菜飯 サバのバター醤油焼き はりはり漬け かぶと油揚げの煮物 味噌汁</p>	<p>カレーピラフ アーモンドサラダ ひよこ豆とトマトのスープ メロン</p>	<p>ご飯 豚肉のスタミナ炒め 小松菜の中華和え 味噌汁</p>
819kcal/31.8g/3.8g	885kcal/37.3g/3.3g	749kcal/34.2g/3.8g	787kcal/26.3g/3.2g	773kcal/34.6g/3.6g
18	19	20	21	22
<p>そばろ丼 酢の物 味噌汁 オレンジ</p>	<p>ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼き 甘辛ごぼう 磯和え すまし汁</p>	<p>麦ご飯 ヤンニョムチキン マッシュポテト わかめとコーンのサラダ 春雨スープ</p>	<p>ココアパン チリコンカン アスパラガスサラダ プリン </p>	<p>【小台橋高校 給食なし】 ガパオライス 白菜の甘酢びたし きのこと大根のスープ ハウピア</p>
736kcal/33.1g/3.3g	718kcal/31.3g/3.0g	908kcal/33.5g/2.9g	822kcal/38.6g/3.1g	863kcal/33.3g/3.4g
25	26	27	28	29
<p>麦ご飯 アジの南蛮漬け いんげんのゴマ和え しめじと葱の炒め物 アーサー汁</p>	<p>ご飯 豆腐の中華煮 もやしのピリ辛和え たけのこスープ </p>	<p>キーマカレー じゃこサラダ 3色スープ</p>	<p>焼きうどん チョレギサラダ 味噌汁 フルーツポンチ</p>	<p>【小台橋高校 給食なし】 わかめご飯 サワラの葱塩ダレ アスパラガスのバター炒め トマトサラダ 味噌汁</p>
708kcal/30.2g/3.2g	740kcal/37.6g/3.2g	732kcal/29.6g/3.4g	714kcal/26.4g/4.4g	719kcal/32.8g/3.8g

※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。