


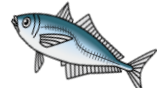


令和8年6月 学校給食献立予定表

東京都立足立・小台橋高等学校

月	火	水	木	金	予約締切
1	2	3	4【虫歯予防デー】	5	5/22(金)
麦ご飯 さばのおろしソースがけ 人参しりしり 野菜のおかか和え 味噌汁	コッペパン ボークシチュー 人参ドレッシングサラダ 白玉フルーツ	麦ご飯 豚肉の香味醤油焼き キャベツとジャコの塩炒め マスタードサラダ 味噌汁	ツナピラフ ジャガ芋のクリームスープ ごぼうサラダ 	豆腐と挽肉のあんかけ丼 わかめスープ 糸寒天サラダ	
727kcal/35.2g/3.3g	772kcal/30.7g/3.1g	774kcal/32.5g/3.0g	755kcal/25.7g/2.7g	737kcal/30.3g/3.4g	
8	9	10	11【入梅】	12	5/29(金)
枝豆ご飯 いわしの南蛮漬け 青菜ときのこのソテー ゴマ味噌和え すまし汁 	スパゲッティナポリタン 野菜のレモン和え ジュリエンヌスープ 紅茶マドレーヌ	焼き豚炒飯 春雨サラダ 酸辣湯	麦ご飯 鶏肉の梅風味焼き こんにゃくサラダ すまし汁 あじさいゼリー 	麦ご飯 肉じゃが 味噌汁 デコポン	
764kcal/31.4g/3.2g	810kcal/27.7g/3.6g	749kcal/29.4g/3.6g	710kcal/29.4g/2.7g	713kcal/26.9g/2.6g	
15	16	17	18	19	6/5(金)
バターライス カジキのトマトソースがけ 粉ふき芋 ゴマドレッシングサラダ きのこスープ	豚丼 根菜の味噌炒め 和風かきたま汁	麦ご飯 鰯のカレー揚げ 五目きんぴら 酢の物 もずくスープ 	麦ご飯 厚揚げのきのこあんかけ 磯和え 味噌汁	とうもろこしご飯 ポテトチーズオムレツ ラタトゥイユ レタススープ りんご	
729kcal/31.6g/3.0g	832kcal/35.4g/3.7g	733kcal/33.7g/3.0g	777kcal/35.7g/3.2g	793kcal/32.0g/3.2g	
22	23	24	25	26	6/12(金)
麦ご飯 イカの香味焼き なすの煮びたし ヒジキと青菜のサラダ きのこ白菜のスープ	ジャージャー麺 野菜とわかめのおひたし 黒糖蒸しパン	チリコンカンライス わかめとコーンのサラダ 野菜スープ	麦ご飯 豚肉と野菜のすき焼き風煮 ゴマ酢和え 味噌汁	ねぎ塩豚丼 ポン酢和え 豆乳スープ	
714kcal/35.9g/3.5g	790kcal/34.1g/3.3g	746kcal/29.9g/3.1g	794kcal/36.6g/3.8g	754kcal/34.2g/2.7g	
29	30	今月の平均栄養素量		初週の予約締切日は 5月22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。	6/19(金)
マーガリンパン 鶏肉の味噌バジル焼き ゆで野菜 ビーンズサラダ 野菜のミルクスープ	麦ご飯 鮭の塩こうじ焼き ピーマンのおかか炒め もやしと青菜のゴママヨ和え 豚汁	エネルギー 755kcal たんぱく質 32.3g 塩分 3.2gです。 ※他に牛乳が毎回付きます			
705kcal/35.9g/3.3g	729kcal/37.0g/2.8g				

※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。