

令和8年7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	予約〆切日
今月の平均栄養素量 エネルギー 744 kcal たんぱく質 31.9 g 塩分 3.4 g です。 ※他に牛乳が毎回付きます		1 麦ご飯 麻婆茄子 華風和え トマトと卵のスープ 732kcal/31.6g/3.0g	2 ★半夏生★ たこ飯 ちゃんこ鍋風スープ 切干大根とツナのサラダ メロン 713kcal/33.3g/3.3g	3 麦ご飯 魚の香草パン粉焼き ポテトとしめじのソテー グリーンサラダ マカロニスープ 744kcal/33.4g/3.1g	6/19(金)
6	7 ★七夕★	8	9	10	6/26(金)
麦ご飯 家常豆腐 大根のねぎドレッシングかけ ワンタンスープ 748kcal/34.1g/3.3g	※小台橋高校 給食なし 鮭のちらし寿司 わかめとツナのマヨ和え 七夕そうめん汁 すいか 826kcal/30.2g/3.3g	トマトクリームライス コーンサラダ きのこ豆腐のスープ 778kcal/28.4g/3.7g	麦ご飯 ししゃもフライ わかめのジュージュ からし酢和え 味噌汁 733kcal/34.2g/3.7g	セサミパン スペイン風オムレツ ズッキーニの炒めもの ミルクスープ りんご入り紅茶ゼリー 712kcal/32.6g/3.3g	
13	14	15	16	17	7/3(金)
ごまだれ冷やし中華 春雨の炒めもの パイナップルゼリー 736kcal/28.9g/3.6g	わかめご飯 魚の西京焼き いんげんのごま和え キャベツとねぎのバターしょうゆ 和風かきたま汁 707kcal/33.7g/3.9g	夏野菜カレーライス しそドレッシングサラダ 野菜スープ 787kcal/30.4g/3.0g	※小台橋高校 給食なし 麦ご飯 揚げ魚の甘酢あんかけ 切干大根の卵とじ 野菜のおひたし 味噌汁 739kcal/32.4g/3.3g	※小台橋高校 給食なし メープルトースト ポトフ 和風マカロニサラダ バナナ 712kcal/30.8g/3.7g	

7月初週の予約〆切日は6月19日(金)です。

〆切日の詳細は「給食予約システム」の「お知らせ」でも確認することができます。予約したけど食べなかった人の給食は廃棄することになります。ロスを防ぐために、給食を予約したら必ず給食室に来てください。

↓「給食予約システム」はこちらから↓

スマートフォン



パソコン



夏野菜パワー



※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。

※飲用牛乳は毎日付きます。
※数値は「エネルギー/たんぱく質/塩分」です。

