令和8年12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
	1	2	3	4	
今月の平均栄養素量 エネルギー　763kcal たんぱく質　32.9g 塩分　3.2g です。 ※他に牛乳が毎回付きます	麦ご飯 豆腐ナゲット ほうれん草とベーコンのソテー ゴマ酢和え 味噌汁	麦ご飯 チーズタッカルビ 根菜のカレー炒め 三色ナムル わかめスープ	麦ご飯 魚のバーベキューソース マッシュポテト こまツナサラダ もち麦スープ	茶飯 おでん 酢味噌和え オレンジ	11/20(金)
	812kcal／29.4g／3.3g	772kcal／34.1g／3.1g	743kcal／35.8g／2.9g	702kcal／27.0g／4.1g	
7	8	9	10	11	
開化丼 からし和え 味噌汁 りんご 	キャロットライス 魚の香草パン粉焼き キャベツのソテー かぼちゃサラダ 白菜と鶏肉のスープ	麦ご飯 豚肉と大根の煮物 わさびドレッシングサラダ すまし汁	麦ご飯 豆腐のオイスターソース煮 もやしとニラの和え物 小松菜と卵のスープ	ペスカトーレ わかめとコーンのサラダ キャベツのカレースープ キャラメルケーキ	11/27(金)
762kcal／33.2g／3.2g	718kcal／32.3g／2.6g	712kcal／32.9g／3.3g	764kcal／37.7g／3.4g	775kcal／41.2g／3.5g	
14	15	16	17	18	
みそカツ丼 じゃこサラダ もずくスープ	バターライス 青菜とチーズのオムレツ キャロットラペ 冬野菜のラタトゥイユ  かぶのスープ	焼き豚チャーハン 野菜のおかか和え 豆乳坦々スープ みかん 	※小台橋高校　給食なし 麦ご飯 魚のごまだれ焼き 白菜のレモン和え じゃがいもの煮っころがし 味噌汁	明日葉パン ポトフ ごぼうサラダ ショコラ餅	12/4(金)
875kcal／35.7g／3.0g	771kcal／29.5g／3.0g	809kcal／36.3g／3.7g	747kcal／34.1g／3.3g	712kcal／27.9g／2.9g	
21	22	23	24　クリスマスメニュー	25	
麦ご飯 回鍋肉 こんにゃくサラダ 春雨スープ	冬至うどん カリカリサラダ 柚子ゼリー 	麦ご飯 魚の照り焼き 蓮根のきんぴら キャベツとかぶの梅和え 味噌汁	ココアパン スパイシーフライドチキン きのこと青菜のソテー  ミネストローネ ミルクプリンブルーベリーソース	※小台橋高校　給食なし バターチキンカレー フレンチサラダ 野菜スープ	12/11(金)
741kcal／32.6g／3.3g	711kcal／29.6g／3.5g	740kcal／33.3g／3.2g	805kcal／32.1g／2.8g	833kcal／30.6g／2.7g	

★12月1日(火)～4日(金)の予約締切日は11月20日(金)です。
締切日の詳細は「学校給食予約システム」の「お知らせ」でも確認できます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。
食品ロス削減に、ご理解・ご協力をお願いいたします。





※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。