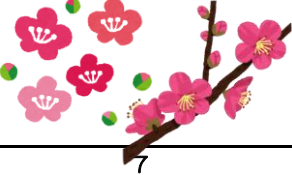






訂正版

3月の献立表

令和4年度 八丈高等学校定時制

月	火	水	木	金	土	給食予約締切日
	1 ごはん きんぴらコロッケ キャベツサラダ 沢煮椀 デザート	2 ごはん 五目卵焼き ポテトサラダ みそ汁	3ひなまつりメニュー ちらし寿司 鶏肉の照り焼き すまし汁 デザート	4早出し ごはん 餃子 中華サラダ ネギとわかめのスープ デザート	5早出し 赤飯 春巻き 明日葉のごま和え 卵スープ	2月18日 (金)
7 振替休日 	8 和風スパゲッティー ごまドレサラダ オニオンスープ 明日葉マドレーヌ	9 チキンカレー ひじきサラダ デザート	10 ごはん 和風ハンバーグ 青菜と人参のゴマ和え けんちん汁	11韓国メニュー ごはん 魚のヤンニョムソースがけ チャプチェ わかめスープ デザート		2月18日 (金)
14 味噌松風焼き 白和え 豚汁 デザート	15セレクトメニュー A チキンバーガー B フィッシュバーガー ハニーサラダ ミネストローネ デザート	16 ごはん じゃが芋と鶏肉のゴマ煮 春雨サラダ かきたま汁	17 ごはん 厚揚げと豚肉の炒め物 ツナサラダ デザート	18 チキンライス ピクルス 白いんげんのスープ デザート		3月4日 (金)
21 春分の日	22群馬県メニュー すき焼き丼 即席漬け すまし汁 デザート	23 麦ごはん 豚肉の生姜焼き 青菜のお浸し すまし汁 デザート	24 ハヤシライス パリパリサラダ でこぼん	25 修了式 ※給食なし		3月4日 (金)
<p>今年度も残りわずかとなりました。皆さんはどんな一年間でしたか？何ができるようになったのか。何を頑張ったのか。1年を振り返ってみましょう。心も身体も大きく成長できたのではないのでしょうか。給食では、苦手な食べ物を食べることができたり、2時間目に遅刻する生徒が減りました。皆さんの中には、思うようにできなかったこともあると思います。「終わりよければすべてよし」という言葉もあります。残り一わずかですが、楽しんで取り組みましょう。</p>						2月4日 (金)

- * 給食時間は25分間で、通常18:15~18:40 早出し17:30~17:55です。
- * 「ご飯」には食物繊維やビタミンなどを補給するために強化米を混ぜています。
- * 果物は旬のものを使用します。
- * 食材納入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。
- * 給食を欠食する時はパソコン画面で『×』の入力をお願いします！！

9月の平均 栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	%	mg	mg	mg	mg	mg	g	g
	816	31.9	25.7	386	3.2	0.48	0.59	49	6.4	3.2
基準値	820	25-40	25~30	380	4.0	0.50	0.60	35	6.5	3.0