

# 4月の献立表

令和5年度 八丈高等学校定時制

月	火	水	木	金	予約締切日
			6早出し・始業式 ポークカレー 海藻サラダ くだもの	7 ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツサラダ みそ汁	3月24日 (金)
10入学式 たけのこご飯 鶏つくね ごぼうサラダ 村雲汁	11早出し ごはん 肉じゃが キャベツのおろし和え みそ汁	12 ごはん 厚揚げと豚肉のみそ炒め 青菜のおひたし すまし汁	13 三色丼 たけのこの煮物 とびうお団子のつみれ汁	14 わかめごはん 魚の西京焼き ゴマネーズサラダ かんも汁	3月24日 (金)
17 たらこスパゲッティ じゃがいもサラダ オニオンスープ デザート	18 新入生歓迎会	19 ごはん バーベキューチキン コーン入りサラダ コンソメスープ	20 ひじきごはん 卵焼き 切干大根のごま和え 豚汁	21スペイン料理 パエリア ビーンズサラダ マルミタコ(トマトスープ) デザート	4月14日 (金)
24 オムレツサンド ツナサラダ ポテトスープ くだもの	25 ごはん 鶏肉とアスパラの炒め物 里芋のサラダ みそ汁	26セレクトメニュー ごはん A 魚の照り焼き B 肉の照り焼き 明日葉のごま和え なめこ汁	27滋賀県郷土料理 しよいめし 魚のかりん揚げ こんにゃくのかつお煮 お講汁	28 ごはん ハンバーグ じゃこサラダ けんちん汁	4月14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。
- \* 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。
- \* 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。
- \* 牛乳は毎日つきます。

	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
4月の 平均栄養価	752	33.5	26.9	377	3.3	0.52	0.63	39	7.2	3.4
基準値	820	25-40	25~30	380	4.0	0.50	0.60	35	6.5	3.0