



4月の献立表



令和8年度 八丈高等学校定時制

月	火	水	木	金	給食予約締切日	
<p>八丈高校定時制の栄養士、帆足（ほあし）申します。 安全・安心でおいしい給食を通じて、みなさんの健康維持に貢献できるよう調理室一同頑張りたいと思います！ どうぞよろしくお願いいたします。</p>						
<p>6日 始業式 早出し ポークカレーライス 海藻サラダ 果物</p>	<p>7日 麦ご飯 生揚げと豚肉の味噌炒め 明日葉のからし和え 白玉汁 果物</p>	<p>8日 入学式 トマトクリームスパゲティ ポテトサラダ 野菜スープ 果物</p>	<p>9日 オリエンテーション 早出し たけのこご飯 魚のごま揚げ こんにゃくのおかか煮 春雨と豆腐のスープ デザート</p>	<p>10日 図書コラボメニュー トースト二種 ほうれん草のキッシュ キャベツとシーチキンのソテー トマトスープ 果物</p>	<p>給食予約締切日 3月20日 (金)</p>	
<p>13日 麦ご飯 豚肉の生姜炒め ゴマネーズひじきサラダ 豆腐となめこの味噌汁 デザート</p>	<p>14日 滋賀県メニュー しょうめし じゅんじゅん わさび和え お講汁</p>	<p>15日 ピースご飯 麻婆豆腐 青菜とコーンのソテー 玉子スープ デザート</p>	<p>16日 かき揚げ丼 塩昆布和え 豚汁 果物</p>	<p>17日 麦ご飯 ハンバーグのケチャップソースがけ マッシュポテト チンゲン菜とかにかまのスープ デザート</p>	<p>「西の魔女が死んだ」に登場する料理を再現します！ 3月20日 (金)</p>	
<p>20日 味噌ラーメン 油揚げの甘酢和え デザート</p>	<p>21日 高野豆腐のそぼろご飯 魚のかりん揚げ 切干大根のごま和え 若竹汁 果物</p>	<p>22日 スペインメニュー パエリア風ご飯 ビーンズマカロニサラダ マルミタコ デザート</p>	<p>23日 あしたばチャーハン アスパラソテー ミルクポテトスープ デザート</p>	<p>24日 セレクト 早出し 麦ご飯 A 魚の照り焼き B 鶏の照り焼き ごまじゃこサラダ 具沢山味噌汁 デザート</p>	<p>4月10日 (金)</p>	
<p>27日 肉野菜炒め丼 たけのこサラダ すり身だんご汁 果物</p>	<p>～予約開始のお知らせ～ 給食予約システムにアクセスし、予約をしてください 1週目のメ切は3月20日（金）です スマホ用 予約システム ログインページはコチラ</p>					<p>4月17日 (金)</p>

*給食時間は25分間で、通常18:15～18:40 早出し17:30～17:55です
 *事前に給食を欠食することが分かっている時には、パソコン画面の「×(欠食)」をタッチして入力してください
 *食材納入の都合により、献立を変更することがございますのでご了承ください
 *果物は旬のものを提供します
 *牛乳は毎日つきます

【栄養価】

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維量
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	μg
月平均	816	33	32	2.5	369	113	3.3	676	1.1	1.2	80	7
基準値	875	28～44	25～38	2.5	360	130	4.0	310	0.5	0.6	35	7