

# 令和 4 年 1 月 予定献立表

東京都立工芸高等学校

	月	火	水	木	金
この週の予約 締め切り 月日 ( )	日付  エネルギー、食塩				
この週の予約 締め切り 12月24日 (金)	10  成人の日	11  907kcal, 4.4g 鮭ずし 味噌汁 鶏と里芋のから揚げ デザート	12  779kcal, 4.7g 青菜と茸のクリームパ 野菜スープ 海藻サラダ デザート	13  804kcal, 3.0g わかめご飯 味噌汁 肉豆腐 野菜マスタード 醤油 デザート	14  796kcal, 2.5g ご飯 味噌汁 一口カツ ゴボウとモヤシの胡麻和え デザート
この週の予約 締め切り 12月24日 (金)	17  895kcal, 3.7g カレーライス 野菜スープ ハンバーグ サラダ デザート	18  826kcal, 3.4g 中華おこわ 中華スープ 春巻き 切干大根サラダ デザート	19  789kcal, 2.8g ご飯 すまし汁 魚の香味焼き 青のりポテト レンコンサラダ	20  829kcal, 3.4g 焼肉丼 ワカメスープ ツとゴボウのサラダ ナムル デザート	21  811kcal, 2.5g ご飯 トマトスープ バーベキューチキン 卵サラダ デザート
この週の予約 締め切り 1月14日 (金)	24  834kcal, 4.7g ほうとう 鶏肉の香味焼き わかめとコーソのサラダ デザート	25  自宅学習	26  791kcal, 2.3g ご飯 中華スープ 酢鶏 おかか和え デザート	27  827kcal, 4.5g 深川ご飯 味噌汁 魚の塩焼き ひじき入り春雨サラダ デザート	28  783kcal, 3.0g ご飯 きりたんぼ汁 擬製豆腐 パプリカソウルフレードサラダ デザート
この週の予約 締め切り 1月21日 (金)	31  744kcal, 3.3g 鶏ごぼう 味噌汁 肉じゃが 茶碗蒸し デザート				

※天候・行事等の都合により献立を変更することがありますが、予めご了承ください。

給食回数 14 回