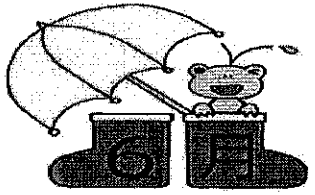
令和4年　　6 月 予定献立表　　都立農産・南葛飾高等学校グループ

月	火	水	木	金	土
5/30	5/31	1	2	3	4
		牛乳 ご飯　みそ汁 鶏肉の香味焼き 炒り豆腐 野菜のおかか和え	牛乳 ドライカレー トマトとレタスのスープ グリーンサラダ くだもの	牛乳 ご飯　みそ汁 豚肉とピーマンの炒め物 豆腐サラダ	この週の 予約締切日は 5月20日(金)
6	7	8	9	10	11
牛乳 じゃこご飯　かきたま汁 茹で豚の薬味だれ 里芋の青のり和え	牛乳 ご飯　お吸い物 鶏肉の味噌煮 シルバーサラダ	牛乳 そばめし　大根スープ ウインナーソテー 小松菜しめじ炒め フルーツ白玉 B級グルメ	牛乳 ご飯　みそ汁 ミートローフ 粉ふきいも フレンチサラダ	牛乳 ご飯　みそ汁 かれいの煮つけ さつま芋の天ぷら 納豆和え	この週の 予約締切日は 5月27日(金)
13	14	15	16	17	18
牛乳 三色丼 沢煮椀 生揚げキャベツ煮物	牛乳 ご飯　みそ汁 とんかつとアジフライ パスタソテー 大根とコーンのサラダ	牛乳 高菜チャーハン 餃子スープ 拌三絲 フルーツポンチ	牛乳 ご飯　みそ汁 豚肉のマスタード焼き もやしとにらの炒め物 ひよこ豆のサラダ	牛乳 パン　ジャム キャベツのスープ マカロニグラタン ハムと胡瓜のサラダ	この週の 予約締切日は 6月3日(金)
20　農産なし	21　農産なし	22　選択献立	23	24	25
牛乳 ご飯　みそ汁 松風焼 いんげんコーンソテー さつま芋サラダ	牛乳 ご飯　みそ汁 チキンパナソテー 人参グラッセ オーロラサラダ	牛乳 A：鶏 丼 B：豚 丼 みそ汁 豆腐のチャンプル キムチ漬け	牛乳 ご飯　みそ汁 鮭の照り焼き 肉じゃが 野菜のおろし和え	牛乳 スミちゃんカレー 鶏とトマトのスープ 若布サラダ コーヒーゼリー B級グルメ	この週の 予約締切日は 6月10日(金)
27	28	29	30	7/1	2
牛乳 ご飯　みそ汁 五目卵焼き さつま芋レモン煮 野菜のからし和え	牛乳 ご飯　みそ汁 いかのケッチャプソース ささみのゴママヨネーズ	牛乳 冷やしうどん キスのラビゴットソース キャベツのゆかり漬け くだもの	牛乳 ご飯　みそ汁 麻婆ナス 野菜の五色和え		この週の 予約締切日は 6月17日(金)

都合により変更になる場合があります。メニューによって異なる場合もありますが、牛乳は必ず付きます。

[配 布 用 献 立 表]

2022年 6月　　0:A献立　　東京都立農産高等学校　　2022-05-13 印刷

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	ｴﾈﾙｷﾞｰ たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 水	ご飯(80g)	○	味噌汁(油揚げ･大根) 鶏肉の香味焼き おかか(もやし･小松菜･人参) 炒り豆腐(副菜)	牛乳,赤みそ,白みそ,油揚げ,鶏もも肉切身 40g,花かつお,豚ひき肉,木綿豆腐,たまご	米,強化米,油,白いりごま,ごま油,サラダ油,糸こんにゃく,・三温糖	だいこん,・しょうが汁,長ねぎ,もやし,こまつな,にんじん,茹でたけのこ,干し椎茸,ほうれんそう	759 kcal 45.4 g 27.6 g 3.3 g
2 木	ドライカレー(ﾀｰﾒﾘｯｸ)	○	Suトマト(鶏･レタス) Saｸﾞﾘｰﾝ(ｱｽﾊﾟﾗ･胡瓜･ﾌﾞﾛｯ) 果物(オレンジ)	牛乳,豚ひき肉,鶏ももこま肉,ハム短冊(7mm×2cm)	米,強化米,サラダ油,有塩バター,小麦粉,でんぷん／水(*5),ごま油	・にんにく,・しょうが,にんじん,玉ねぎ,(冷)グリンピース,完熟トマト,レタス,アスパラガス,きゅうり,ブロッコリー,キャベツ,オレンジ	795 kcal 31.9 g 30.5 g 3.5 g
3 金	ご飯(80g)	○	味噌汁(芋･ほうれん草) 豚肉とピーマンの炒物 Sa豆腐(海苔)	牛乳,赤みそ,白みそ,豚もも肉細切,木綿豆腐,きざみのり	米,強化米,じゃがいも,サラダ油,でんぷん,・三温糖,・さとう,ごま油,白いりごま	ほうれんそう,ピーマン,・しょうが汁,・しょうが,・にんにく,たけのこ(ゆで),玉ねぎ,だいずもやし,だいこん,にんじん,きゅうり	724 kcal 32.9 g 26.2 g 2.7 g
6 月	じゃこ若布ご飯	○	かきたま(卵･長ねぎ) 茹で豚の薬味だれN 里芋の青のり和えN	牛乳,たきこみわかめ,ちりめんじゃこ,たまご,豚ロース肉切身 30g,あおのり	米,強化米,でんぷん／水(*5),ごま油,・三温糖,でんぷん,さといも	のざわな(調味漬),長ねぎ,しょうが,きゅうり,キャベツ,もやし,生しいたけ(菌床栽培、生),完熟トマト	782 kcal 36.1 g 28.3 g 3.1 g
7 火	ご飯(80g)	○	吸(花麩･ほうれん草) 鶏肉の味噌煮 Saシルバー	牛乳,鶏もも角切肉,白みそ	米,強化米,花ふ,サラダ油,こんにゃく,・三温糖,じゃがいも,マヨネーズ,・さとう,はるさめ	ほうれんそう,・にんにくみじん切り,・生姜みじん切り,・しょうが汁,干し椎茸,にんじん,茹でたけのこ,玉ねぎ,(冷)いんげん,キャベツ,きゅう	719 kcal 28.8 g 21.9 g 3.7 g
8 水	そぼめし	○	Su大根(えのき茸) ウインナーソテー 小松菜･しめじ炒め フルーツ白玉	牛乳,豚こま肉,ベーコン短冊(7mm×2cm),粗挽きウィンナー	米,サラダ油,蒸し中華めん,油,ごま油,・さとう,白玉粉	にんじん,キャベツ,だいこん,えのきたけ,しめじ,こまつな,(缶)みかん,(缶)パイン,(缶)黄桃,干しぶどう	844 kcal 27.1 g 36.3 g 4.2 g
9 木	ご飯(80g)	○	味噌汁(油揚げ･もやし) ミートローフ 茹(粉ふきいも:80g) Saフレンチ(ブロッコリー)	牛乳,赤みそ,白みそ,油揚げ,豚ひき肉(もも),たまご,牛乳（調理用）,角チーズ 5mm角	米,強化米,サラダ油,パン粉(乾燥),じゃがいも,油,・さとう	もやし,玉ねぎ,(冷)グリンピース,キャベツ,きゅうり,ブロッコリー,(缶)ホールコーン	793 kcal 37.5 g 26.9 g 4.0 g
10 金	ご飯(80g)	○	味噌汁(若布･白菜) かれい煮付け 天ぷら(さつま芋) 納豆和(ほ草･きゃべつ)	牛乳,赤みそ,白みそ,カットわかめ,かれい切り身 80g,たまご,挽きわり納豆	米,強化米,・三温糖,でんぷん／水(*5),油,さつまいも,小麦粉	はくさい,しょうが,だいこん,キャベツ,にんじん,ほうれんそう	756 kcal 36.0 g 18.6 g 3.9 g
13 月	三色丼(いんげん)	○	沢煮椀 生揚げ･きゃべつ･人参煮物	牛乳,鶏ひき肉,たまご,豚もも肉細切,生揚げ	米,強化米,油,・三温糖,でんぷん／水(*5)	・しょうが汁,(冷)いんげん,洗いごぼう,にんじん,たけのこ(ゆで),干し椎茸,長ねぎ,キャベツ	821 kcal 39.7 g 31.8 g 3.2 g
14 火	ご飯(80g)	○	味噌汁(若布･もやし) とんかつとアジフライ 炒(パスタ(ｹﾁｬｯﾌﾟ)) Sa大根(コーン･胡瓜)	牛乳,赤みそ,白みそ,カットわかめ,豚ロース肉切身 40g,あじ半身 40g,たまご	米,強化米,揚げ油,小麦粉,パン粉(乾燥),サラダ油,パスタ	もやし,キャベツ,レモン(全果、生),玉ねぎ,だいこん,きゅうり,(缶)ホールコーン	931 kcal 37.8 g 32.8 g 3.6 g
15 水	高菜炒飯(焼豚)	○	Su餃子 拌三絲(もやし) フルーツポンチ	牛乳,焼き豚,豚ひき肉	米,ごま油,油,ぎょうざの皮(普通判),はるさめ,・さとう	にんじん,玉ねぎ,たかな漬,(冷)グリンピース,・にんにくみじん切り,・生姜みじん切り,キャベツ,にら,ほうれんそう,もやし,きゅうり,レモン	797 kcal 28.1 g 19.9 g 4.3 g
16 木	ご飯(80g)	○	味噌汁(油揚げ･大根) 豚肉のマスタード焼き○ 炒(もやし･ニラ) Sa豆(ひよこ･きゃべつ)○	牛乳,赤みそ,白みそ,油揚げ,豚肩ロース肉切身 35g,ひよこまめ(乾)	米,強化米,油,マヨネーズ,・三温糖,オリーブ油,はちみつ	だいこん,にら,もやし,キャベツ,にんじん,きゅうり	817 kcal 30.7 g 39.3 g 2.4 g
17 金	丸パン(70g)	○	マーマレード Suキャベツ(ハム･しめじ) マカロニグラタン(チキン) ハムと胡瓜のレモン風味(チ	牛乳,ハム短冊(7mm×2cm),鶏ももこま肉,牛乳（調理用）,粉チーズ	丸パン 70g,マーマレード 15g,マカロニ,サラダ油,有塩バター,小麦粉,パン粉(乾燥),ごま油,・さとう	にんじん,キャベツ,しめじ,玉ねぎ,(缶)マッシュルーム,パセリ,レモン(果汁、生),きゅうり	800 kcal 34.5 g 26.9 g 4.9 g
20 月	ご飯(90g)	○	味噌汁(豆腐･わかめ) 松風焼(鶏) 炒(いんげん･コーン) Saさつま芋	牛乳,木綿豆腐,赤みそ,白みそ,カットわかめ,鶏ももひき肉,たまご,生クリーム	米,強化米,油,・三温糖,パン粉(乾燥),白いりごま,有塩バター,さつまいも,・さとう,マヨネーズ	玉ねぎ,・しょうが汁,(冷)いんげん,(缶)ホールコーン,きゅうり,にんじん,干しぶどう,レモン(果汁、生)	821 kcal 34.3 g 23.3 g 3.9 g
21 火	ご飯(90g)	○	味噌汁(キャベツ･榎茸) チキンパナソテー 煮(人参グラッセ) Saオーロラ(芋･ﾄﾏﾄ･ﾂﾅ･胡)	牛乳,赤みそ,白みそ,鶏もも肉切身 40g,たまご,牛乳（調理用）,(缶)オイルツナ	米,強化米,油,小麦粉,パン粉(乾燥),有塩バター,・三温糖,マヨネーズ,じゃがいも	キャベツ,えのきたけ,にんじん,レモン(果汁、生),完熟トマト,きゅうり	831 kcal 38.5 g 29.1 g 2.8 g
22 水	豚丼	○	味噌汁(油揚げ･小松菜)○ 豆腐チャンプル○ キムチ漬(大根･白菜･胡瓜)	牛乳,豚スライス肉(肩ロース),油揚げ,赤みそ,白みそ,豚ももこま肉,木綿押し豆腐	米,強化米,油,しらたき,・三温糖,ラー油	・しょうが,玉ねぎ,長ねぎ,こまつな,にんじん,茎にんにく(花茎),キャベツ,もやし,にら,だいこん,はくさい,きゅうり	824 kcal 37.3 g 30.0 g 3.9 g
23 木	ご飯(90g)	○	味噌汁(芋･わかめ) 鮭照り焼き 肉じゃが(副) おろし和(白菜･人･青)	牛乳,赤みそ,白みそ,カットわかめ,生鮭 80g,豚バラこま肉	米,強化米,じゃがいも,油,・三温糖,・さとう	・しょうが汁,にんじん,玉ねぎ,(冷)グリンピース,はくさい,ほうれんそう,だいこん	784 kcal 38.4 g 20.6 g 4.6 g
24 金	すみちゃんカレー(ルー)	○	Suトマト(鶏･はくさい) Sa若布(キャ･胡瓜･ｺｰﾝ)○ コゼ(ゼラチン･生ク)	牛乳,豚スライス肉(もも),油揚げ,鶏ももこま肉,しらす干し(半乾燥品),カットわかめ,ゼラチン,生クリーム	米,強化米,油,こんにゃく,でんぷん／水(*5),ごま油,・三温糖,・さとう	・しょうが,・にんにく,洗いごぼう,玉ねぎ,にんじん,だいこん,大根(福神漬),完熟トマト,はくさい,きゅうり,キャベツ,(缶)ホールコーン	863 kcal 30.2 g 30.9 g 6.0 g
27 月	ご飯(90g)	○	味噌汁(油揚げ･白菜) 五目卵焼き(鶏肉) さつま芋のレモン煮 辛子和え(も･ﾚﾝ草･人)	牛乳,赤みそ,白みそ,油揚げ,鶏ひき肉,たまご	米,強化米,油,・三温糖,さつまいも,・さとう	はくさい,にんじん,玉ねぎ,干し椎茸,だいこん,レモン(果汁、生),もやし,ほうれんそう	800 kcal 31.2 g 23.6 g 3.4 g
28 火	ご飯(90g)	○	味噌汁(しめじ･もやし) ＴＫソース(いか･芋) Saごまマヨ(ささみ)	牛乳,赤みそ,白みそ,いか切り身40g,鶏肉ささ身	米,強化米,油,でんぷん,・三温糖,ごま油,でんぷん／水(*5),じゃがいも,マヨネーズ,白いりごま	しめじ,もやし,・しょうが汁,・しょうが,・にんにく,玉ねぎ,(冷)いんげん,きゅうり,だいこん,にんじん	817 kcal 36.5 g 26.1 g 3.8 g
29 水	冷やしうどん(新きつね･いんげん)	○	きすラビゴットソース ゆかり漬(キャベツ･人参) 果物(バナナ)半分	牛乳,だし昆布,鶏ももこま肉,油揚げ,たまご,カットわかめ,きす 30g	冷凍うどん,・三温糖,油,小麦粉,・さとう	(冷)いんげん,きゅうり,完熟トマト,玉ねぎ,キャベツ,にんじん,ゆかり,バナナ	800 kcal 38.1 g 83.0 g 5.2 g
30 木	ご飯(90g)	○	Su若布(人参･大根) 麻婆茄子 五色和(人･卵･マ･青菜･蒲)	牛乳,カットわかめ,豚ひき肉,赤みそ,かにかまぼこ,たまご	米,強化米,ごま油,油,・三温糖,でんぷん／水(*5),マロニー	・しょうが,にんじん,だいこん,長ねぎ,なす,ピーマン,・にんにく,ほうれんそう	748 kcal 25.7 g 27.8 g 4.9 g

※アレルギー食品には記号を表示しています

[アレルギー対象食品使用献立一覧表]

2022年 6月 1日 ～ 2022年 6月30日
0:Ａ献立

東京都立農産高等学校　2022-05-11 印刷

日付		献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	アーモンド	たこ	貝類	マンゴー	トマト	生すいか	生メロン	カシューナッツ	グレープフルーツ	長いも	梨	びわ	大和いも								
6/1	水	牛乳				○																																										
		ご飯(80g)																																														
		味噌汁(油揚げ･大根)																	○																														
		鶏肉の香味焼き																		○																													
		おかか(もやし･小松菜･人参)																																															
		炒り豆腐(副菜)			○														○		○																												
6/2	木	牛乳				○																																										
		ドライカレー(ﾀｰﾒﾘｯｸ)	○			○															○																											
		Suトマト(鶏･レタス)																		○												○																	
		Saｸﾞﾘｰﾝ(ｱｽﾊﾟﾗ･胡瓜･ﾌﾞﾛｯ)																																															
		果物(オレンジ)										○																																					
6/3	金	牛乳				○																																										
		ご飯(80g)																																															
		味噌汁(芋･ほうれん草)																	○																														
		豚肉とピーマンの炒物																	○		○																												
		Sa豆腐(海苔)																	○																														
6/6	月	牛乳				○																																										
		じゃこ若布ご飯																																															
		かきたま(卵･長ねぎ)			○																																												
		茹で豚の薬味だれN																			○											○																	
		里芋の青のり和えN																																															
6/7	火	牛乳				○																																										
		ご飯(80g)																																															
		吸(花麩･ほうれん草)	○																																														
		鶏肉の味噌煮																	○	○																													
		Saシルバー			○																																												
6/8	水	牛乳				○																																										
		そばめし	○																		○																												
		Su大根(えのき茸)																			○																												
		ウインナーソテー																			○																												
		小松菜･しめじ炒め																																															
		フルーツ白玉																					○																										
6/9	木	牛乳				○																																										
		ご飯(80g)																																															
		味噌汁(油揚げ･もやし)																	○																														
		ミートローフ	○		○																											△																	
		茹(粉ふきいも:80g)																																															
		Saフレンチ(ブロッコリー)																																															
6/10	金	牛乳				○																																										
		ご飯(80g)																																															

○：アレルギー対象食品　　△：コンタミネーション（微量混入）

[アレルギー対象食品使用献立一覧表]

2022年 6月 1日 ～ 2022年 6月30日
0:Ａ献立

東京都立農産高等学校　2022-05-11 印刷

日付		献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	アーモンド	たこ	貝類	マンゴー	トマト	生すいか	生メロン	カシューナッツ	グレープフルーツ	長いも	梨	びわ	大和いも								
6/10	金	味噌汁(若布･白菜)																	○																														
		かれい煮付け																																															
		天ぷら(さつま芋)	○		○																																												
		納豆和(ほ草･きゃべつ)																	○																														
6/13	月	牛乳				○																																											
		三色丼(いんげん)			○															○																														
		沢煮椀																																															
		生揚げ･きゃべつ･人参煮物																	○																														
6/14	火	牛乳				○																																											
		ご飯(80g)																																															
		味噌汁(若布･もやし)																	○																														
		とんかつとアジフライ	○		○																○																												
		炒(パスタ(ｹﾁｬｯﾌﾟ))																														△																	
		Sa大根(コーン･胡瓜)																																															
6/15	水	牛乳				○																																											
		高菜炒飯																		○																													
		Su餃子	○																		○																												
		拌三絲(もやし)																																															
		フルーツポンチ																					○																										
6/16	木	牛乳				○																																											
		ご飯(80g)																																															
		味噌汁(油揚げ･大根)																	○																														
		豚肉のマスタード焼きo			○																○																												
		炒(もやし･ニラ)																																															
		Sa豆(ひよこ･きゃべつ)o																																															
6/17	金	牛乳				○																																											
		丸パン(70g)	○																																														
		マーマレード										○																																					
		Suキャベツ(ハム･しめじ)																																															
		マカロニグラタン(チキン)	○			○														○																													
		ハムと胡瓜のレモン風味(キャベツ)																			○																												
6/20	月	牛乳				○																																											
		ご飯(90g)																																															
		味噌汁(豆腐･わかめ)																	○																														
		松風焼(鶏)			○														○	○																													
		炒(いんげん･コーン)				○																																											
		Saさつま芋			○	○																																											
6/21	火	牛乳				○																																											
		ご飯(90g)																																															
		味噌汁(キャベツ･榎茸)																	○																														

○：アレルギー対象食品　　△：コンタミネーション（微量混入）

[アレルギー対象食品使用献立一覧表]

2022年 6月 1日 ～ 2022年 6月30日
0:Ａ献立

東京都立農産高等学校　　2022-05-11 印刷

日付		献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	アーモンド	たこ	貝類	マンゴー	トマト	生すいか	生メロン	カシューナッツ	グレープフルーツ	長いも	梨	びわ	大和いも								
6/21	火	チキンパナソテー	○		○	○														○																													
		煮(人参グラッセ)				○																																											
		Saオーロラ(芋･ﾄﾏﾄ･ﾂﾅ･胡)			○																											○																	
6/22	水	牛乳				○																																											
		豚丼																			○																												
		味噌汁(油揚げ･小松菜)o																	○																														
		豆腐チャンプルo																	○		○																												
		キムチ漬（大根・白菜・胡瓜）			○																											○																	
6/23	木	牛乳				○																																											
		ご飯(90g)																																															
		味噌汁(芋･わかめ)																	○																														
		鮭照り焼き															○																																
		肉じゃが																			○																												
		おろし和(白菜･人･青)																																															
6/24	金	牛乳				○																																											
		すみちゃんカレー(ルー)	○																○																														
		Suトマト(鶏･はくさい)																		○												○																	
		Sa若布(キャ･胡瓜･ｺｰﾝ)o																																															
		コゼ(ゼラチン･生ク)				○																																											
6/27	月	牛乳				○																																											
		ご飯(90g)																																															
		味噌汁(油揚げ･白菜)																	○																														
		五目卵焼き(鶏肉)			○															○																													
		さつま芋のレモン煮																																															
		辛子和え(も･ﾚﾝ草･人)																																															
6/28	火	牛乳				○																																											
		ご飯(90g)																																															
		味噌汁(ﾓﾔｼ･しめじ)																	○																														
		ＴＫソース(いか･芋)							○																							△																	
		Saごまマヨ(ささみ)																		○																													
6/29	水	牛乳				○																																											
		冷やしうどん(新きつね･いんげん)			○														○	○																													
		きすラビゴットソース	○																													○																	
		ゆかり漬(キャベツ･人参)																																															
		果物(バナナ半分)																									○																						
6/30	木	牛乳				○																																											
		ご飯(90g)																																															
		Su若布(人参･大根)																																															
		麻婆茄子																	○		○																												
		五色和(人･卵･マ･青菜･蒲)			○																																												

○：アレルギー対象食品　　△：コンタミネーション（微量混入）