



令和8年4月の献立表

ご入学・ご進級おめでとうございます
栄養たっぷり愛情たっぷりの給食を
毎日しっかり食べて、元気に過ごしましょう



東京都立農芸高等学校

| 月 6日 | 火 7日 | 水 8日 | 木 9日 | 金 10日 | 予約 締切日 |
|---|--|--|---|--|-----------|
| ごはん かじきのカツレツ 農 17:20 添) さつまいものレモン煮 フレンチサラダ 白菜スープ I補給 - 804 kcal たんぱく質 39.0 g 脂質 19.6 g 食塩相当量 2.6 g | 入学式  | カレーライス 添) 福神漬 パリパリサラダ 農 18:45 青菜とベーコンのスープ I補給 - 812 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 28.5 g 食塩相当量 3.8 g | ごはん 鯖(さわら)のごまだれ 農 17:20 添) 青菜のおかか和え 鶏肉と野菜の煮物 かきたま汁, 果物 I補給 - 789 kcal たんぱく質 40.1 g 脂質 26.6 g 食塩相当量 3.4 g | ごはん 和風ハンバーグ 農 18:45 添) 磯ポテト ごまだれサラダ もずくのみそ汁, パインゼリー I補給 - 830 kcal たんぱく質 34.0 g 脂質 26.9 g 食塩相当量 2.6 g | 3/19 |
| 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | |
| ごはん 鯖(さば)の有馬焼き 農 18:45 添) 小松菜の辛子和え 肉じゃが みそ汁 I補給 - 809 kcal たんぱく質 34.1 g 脂質 34.7 g 食塩相当量 2.7 g | ごま揚げパン 農 17:20 きなこ揚げパン ビーンズサラダ トマトシチュー I補給 - 856 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 42.3 g 食塩相当量 3.4 g | ごはん 農 18:45 プルコギ 大豆もやしと小松菜のナムル わかめスープ I補給 - 755 kcal たんぱく質 34.2 g 脂質 27.3 g 食塩相当量 3.8 g | わかめうどん 農 18:45 豆腐ナゲット 甘酢あん ごま酢和え 果物 I補給 - 804 kcal たんぱく質 35.7 g 脂質 27.9 g 食塩相当量 3.1 g | たけのご飯 農 18:45 鮭(さけ)の菜種焼き 添) スアップ・インドリ ゆかりサラダ すまし汁  I補給 - 800 kcal たんぱく質 40.3 g 脂質 37.9 g 食塩相当量 2.9 g | 3/19 |
| 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | |
| ごはん 鶏のから揚げ きゅうりの漬物 青菜の磯辺和え 根菜のみそ汁 I補給 - 784 kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 31.5 g 食塩相当量 2.5 g | エビピラフ ツナの卵焼き もやしのスープ ヨーグルト和え I補給 - 789 kcal たんぱく質 36.4 g 脂質 27.6 g 食塩相当量 3.4 g | ごはん コロック 添) キャベツ・トマト しらすあえ 豚汁 I補給 - 784 kcal たんぱく質 29.1 g 脂質 24.1 g 食塩相当量 3.2 g | ごはん 豆腐の中華風うま煮 バンバンジー風サラダ 中華風コーンスープ I補給 - 796 kcal たんぱく質 42.9 g 脂質 26.4 g 食塩相当量 3.4 g | ごはん 豚肉の生姜焼き 添) ブロッコリー ひじきの煮物 みそ汁 果物 I補給 - 801 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 33.0 g 食塩相当量 2.8 g | 4/10 |
| 27日 | 28日 | 29日 | 30日 | | |
| キムチチャーハン ししゃものネギソース 春雨スープ 杏仁豆腐 I補給 - 825 kcal たんぱく質 36.7 g 脂質 29.9 g 食塩相当量 3.2 g | ごはん 鶏肉の七味焼き 添) ごま和え じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 I補給 - 762 kcal たんぱく質 34.7 g 脂質 28.2 g 食塩相当量 3.0 g | 昭和の日  | たけのごそぼろ丼 農 18:45 豆腐サラダ みそ汁 果物 I補給 - 757 kcal たんぱく質 31.1 g 脂質 25.1 g 食塩相当量 3.6 g | ★牛乳は毎日つきます。 ★食材の都合により献立を 変更することがあります。 ★給食開始時間はHR等で ご確認ください。  | 4/17 |