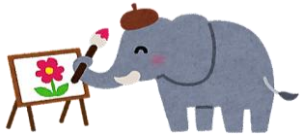


令和８年度　１１月の献立表





東京都立農芸高等学校

月	火	水	木	金	予約締切日
２日	３日	４日	５日	６日	
ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ 炒り卵和え みそ汁 果物 農　17:20 ｴﾈﾙｷﾞｰ　764 kcal　たんぱく質　32.2 g 脂質　24.5 g　食塩相当量　3.1 g	**文化の日** 	ハヤシライス 小松菜とコーンのサラダ ひよこ豆のスープ 農　17:20 ｴﾈﾙｷﾞｰ　773 kcal　たんぱく質　29.9 g 脂質　23.5 g　食塩相当量　3.2 g	ごはん ホキのもみじ焼き ごま和え みそ汁 なめらかごまプリン 農　17:20 ｴﾈﾙｷﾞｰ　787 kcal　たんぱく質　35.1 g 脂質　27.0 g　食塩相当量　2.8 g	マーボー丼 豆もやしのサラダ ひき肉と春雨スープ 果物 農　17:20 ｴﾈﾙｷﾞｰ　790 kcal　たんぱく質　31.6 g 脂質　26.1 g　食塩相当量　3.6 g	10/23
９日	１０日	１１日	１２日	１３日	
振替休業日	**振替休業日**	ごはん 肉じゃが じゃこ和え なめこのみそ汁 りんごケーキ ｴﾈﾙｷﾞｰ　844 kcal　たんぱく質　33.3 g 脂質　23.8 g　食塩相当量　3.2 g	ごはん 鯖（さば）の辛味焼き 添）大根のあちゃら漬け 筑前煮 みそ汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ　810 kcal　たんぱく質　32.6 g 脂質　33.5 g　食塩相当量　3.5 g	ごはん うずら卵のスコッチエッグ 添）キャベツ・トマト リヨネーズポテト 大根とセロリーの香りスープ ｴﾈﾙｷﾞｰ　840 kcal　たんぱく質　31.8 g 脂質　33.9 g　食塩相当量　2.9 g	10/30
１６日	１７日	１８日	１９日	２０日	
さつま芋ごはん 五目卵焼き 添）ごま酢和え みそ汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ　795 kcal　たんぱく質　36.1 g 脂質　28.6 g　食塩相当量　3.0 g	キムチチャーハン ししゃものネギソース 中華和え 春雨スープ ｴﾈﾙｷﾞｰ　779 kcal　たんぱく質　35.8 g 脂質　30.3 g　食塩相当量　3.4 g	豚丼 わかめと大根のサラダ みそ汁 果物 ｴﾈﾙｷﾞｰ　793 kcal　たんぱく質　32.5 g 脂質　24.7 g　食塩相当量　3.7 g	ごはん 豆腐ハンバーグ　きのこあん 青菜のごまマヨネーズ和え のっぺい汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ　756 kcal　たんぱく質　32.7 g 脂質　27.6 g　食塩相当量　2.4 g	ごはん 鮭（さけ）の南部焼き 添）いんげんとコーンのソテー 高野豆腐と野菜の煮物 かきたま汁、果物 ｴﾈﾙｷﾞｰ　771 kcal　たんぱく質　45.8 g 脂質　23.0 g　食塩相当量　3.0 g	11/6
２３日	２４日	２５日	２６日	２７日	
勤労感謝の日  	黒砂糖パン 白身魚のムニエル　トマトソース ブロッコリーと大根のサラダ キャベツのチャウダー ヨーグルト和え ｴﾈﾙｷﾞｰ　760 kcal　たんぱく質　35.7 g 脂質　31.4 g　食塩相当量　3.7 g	ごはん 鶏肉の照り焼き 添）ピリ辛こんにゃく 青菜の磯部和え 五目汁、果物 ｴﾈﾙｷﾞｰ　753 kcal　たんぱく質　31.8 g 脂質　25.4 g　食塩相当量　3.0 g	ごはん 豆腐の中華風うま煮 ひじきと切干大根のナムル わかめスープ 中華風蒸しパン ｴﾈﾙｷﾞｰ　850 kcal　たんぱく質　36.5 g 脂質　27.3 g　食塩相当量　3.9 g	ごはん 鶏のから揚げ 添）カレー粉ふき芋 パリパリサラダ もずくのみそ汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ　832 kcal　たんぱく質　28.2 g 脂質　30.0 g　食塩相当量　2.5 g	11/13
３０日					
カレーライス　添）福神漬 フレンチサラダ 青菜ときのこのスープ お菓子な目玉焼き ｴﾈﾙｷﾞｰ　825 kcal　たんぱく質　27.1 g 脂質　26.7 g　食塩相当量　3.8 g	11/20				

★牛乳は毎日つきます（27日はジョアです）。

★食材料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でご確認ください。



「米」という字は 、お米ができるまでには88回もの手間がかかる、という意味で「八十八」という文字があてられたと言われています。

１１月から新米の予定です。
お楽しみに♪

