

令和5年



献立表



東京都立農業高等学校

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	予約締切日
		 ごはん 八宝菜 ピリ辛きゅうり にらたまスープ 杏仁豆腐 (766 kcal / 36.9 g)	 ごはん 魚の南蛮漬け 塩肉じゃが みそ汁 (748 kcal / 30.1 g)	文化の日 	10/20 (金)
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	予約締切日
振替休日 	振替休日 	ボランティアの日 	 ごはん コロッケ 切干大根と昆布のピリ辛炒め なめこ汁 (799 kcal / 28.3 g)	 ごはん 魚の南部焼き 豚肉と里芋の炒め煮 みそ汁 (734 kcal / 32.5 g)	10/27 (金)
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	予約締切日
 ピザトースト 豆と野菜のマリネ 白菜のクリーム煮 果物 (753 kcal / 33.1 g)	 ごはん 野菜の肉まき ポテトサラダ みそ汁 (744 kcal / 29.4 g)	 ごはん いかのかりんと揚げ おひたし 筑前煮 みそ汁 (746 kcal / 35.2 g)	 三色丼 青菜と油揚げのあえもの 根菜のごま汁 りんごゼリー (806 kcal / 33.4 g)	 ごはん 豆腐の真砂あげ ごま和え しらたきの炒めもの みそ汁 (740 kcal / 29.2 g)	11/2 (木)
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	予約締切日
 ごはん のりの佃煮 高野豆腐の卵とじ 小松菜のあえもの さつま汁 (746 kcal / 35.1 g)	 スパゲティクリームソース ジャガイモのハニーサラダ たまごスープ 果物 (802 kcal / 28.7 g)	 ごはん 鶏肉から揚げ きんぴらごぼう みそ汁 (774 kcal / 30.9 g)	勤労感謝の日 	和食の日 さつまいもごはん さばのみそ煮 大根とじゃこの和風サラダ かきたま汁 昆布豆 (763 kcal / 33.5 g)	11/10 (金)
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		予約締切日
 ごはん ぎせい豆腐 かぼちゃの煮物 茎わかめとツナのあえもの みそ汁 小倉寒天 (791 kcal / 28.3 g)	 ごはん 魚の変わり漬け 粉ふき芋 豚肉と大根炒め煮 みそ汁 (725 kcal / 33.2 g)	 デミオムライス 野菜サラダ 野菜スープ カップヨーグルト (814 kcal / 31.9 g)	 麦ごはん 麻婆大根 海藻サラダ 中華風コーンスープ キャラメルポテト (836 kcal / 29.7 g)		11/17 (金)

★ 献立は仕入れの都合により変更することもあります。 * 高校生の栄養量です。(エネルギー/たんぱく質)