

令和6年

10月献立表

東京都立農業高等学校

	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	予約締切日
	都民の日 	 ごはん スタミナ納豆 柳川風煮 小松菜のおひたし 塩ちゃんこ汁 (717 kcal / 33.6 g)	 ご飯 鶏肉の治部煮 ひじきのマヨネーズサラダ みそ汁 黒ゴマゼリー (841 kcal / 36.4 g)	 ごはん 豚肉のスタミナ焼き 粉ふき芋 五目キムチ炒め みそ汁 (742 kcal / 31.8 g)	9/20 (金)
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	予約締切日
 ごはん 魚の西京焼き からしあえ 豚バラ大根 もずく汁 (726 kcal / 32.8 g)	 ターメリックライス スープカレー ピクルス ココアゼリー	 ごはん スコッチエッグ 人参のラペ 野菜スープ	 麦ごはん 油淋鶏 春雨とひき肉の炒めもの にらたまスープ	 メープルトースト 鮭のクリームシチュー ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ	9/27 (金)
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	予約締切日
スポーツの日 	 ごはん ハンバーグデミグラスソース ガーリックポテト フレンチサラダ ミネストローネ (886 kcal / 30.5 g)	 ビビンバ チャプチェ わかめスープ 果物 (771 kcal / 36.3 g)	 親子丼 ししゃもの唐揚げ 青菜と油揚げのおひたし みそ汁 (793 kcal / 38.3 g)	 麦ごはん エビチリ豆腐 ナムル 中華風卵スープ さつま芋とりんごの重ね煮 (753 kcal / 30.4 g)	10/4 (金)
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	予約締切日
 あんかけチャーハン 揚げ餃子 中華スープ 果物 (737 kcal / 28.7 g)	 ごはん 鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 みそ汁 (776 kcal / 37.6 g)	 ごはん 生姜焼き 切干と昆布のピリ辛炒め かぼちゃのみそ汁 (790 kcal / 33.6 g)	 ハヤシライス 枝豆サラダ ふわふわ卵スープ 果物 (806 kcal / 29.4 g)	 ごはん ほっけの干物 磯香あえ 肉じゃが なめこ汁 (710 kcal / 38.7 g)	10/11 (金)
28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)		予約締切日
十三夜 ふきよせごはん 魚の照り焼き 大根とじゃこの和風サラダ 月見汁 果物 (704 kcal / 31.0 g)	 かてめし ゼリーフライ 豚しゃぶサラダ みそ汁 (770 kcal / 30.0 g)	 ごはん 八宝菜 じゃこサラダ 中華風コーンスープ 果物 (749 kcal / 38.2 g)	ハロウィン きのこスープスパゲティ ツナサラダ かぶと卵のスープ かぼちゃのチーズケーキ 	10/18 (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)