

令和8年

1月

## 献立表



都立農業高等学校

5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	予約締切日
<b>1月の行事&amp;記念日</b> <b>1/1 元日</b> <b>Q1</b> おせち料理の「だて巻き」には、どんな願いがこめられている? ① 知識が身につくように ② 恋がうまくいくように ③ 長生きできるように	<b>3 抽クイズ</b> <b>1/7 人日の節句</b> <b>Q2</b> この日に食べる春の七草の中、スズシロとは何のこと? ① かぶ ② 大根 ③ れんこん		<b>始業式</b>	<b>お正月メニュー</b> ごはん 松風焼き りんご入りきんとん 五目煮豆 お雑煮 ( 802 kcal / 36.8 g )	12/16 (火)
<b>成人の日</b>	豚丼 かぶと白菜のスミナ漬け みそ汁 果物 ( 762 kcal / 30.0 g )	さつま芋ご飯 魚のさざれ焼き じゃこ入りお浸し 具だくさんみそ汁 牛乳みかんゼリー ( 718 kcal / 32.5 g )	スパゲティミートソース マセドアンサラダ 野菜スープ いちごババロア ( 767 kcal / 28.9 g )	麦ご飯 四川豆腐 えのき和え 大学芋 中華スープ ( 816 kcal / 29.1 g )	12/16 (火)
<b>自宅学習</b>	ご飯 魚のピリ辛焼き アーモンド和え 豚バラ大根 みそ汁 ( 852 kcal / 34.2 g )	じゃこわかめご飯 あんかけ卵焼き 粉吹き芋 ひじきの炒り煮 さつま汁 ( 743 kcal / 32.2 g )	チキンカレーライス ブロッコリーサラダ 小松菜スープ フルーツヨーグルト ( 817 kcal / 31.0 g )	<b>1月22日 カレーの日</b> <b>自宅学習</b>	1/9 (金)
<b>自宅学習</b>	キムチチャーハン 春巻き 豆腐のスープ 杏仁豆腐 ( 821 kcal / 30.3 g )	ご飯 鶏のつくね焼き 炒り煮 みそ汁 果物 ( 767 kcal / 33.8 g )	キャロットライス・クリームソースかけ 大根とじゃこの和風サラダ キャベツスープ ( 726 kcal / 25.4 g )	ご飯 いかチリソースかけ パンバンジー 中華風卵スープ ( 764 kcal / 36.4 g )	1/16 (金)

こたえ

Q1=①[ 卷物(書物)を表す ] Q2=②[ かぶは「ズナ」 ]

★ 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)