

給食献立表 令和8年5月分

世田谷泉高校 Ⅲ部

日 曜	Aメニュー		予約締切日	栄養価
7 木	中華ちまき 牛乳 中華風コーンスープ	わかめと青菜のお浸し 抹茶小豆ゼリー	4/24 (金)	エネルギー 814 kcal タンパク質 29.4 g 脂質 30.2 g
8 金	焼きとり丼 牛乳 味噌汁	酢の物 よもぎ団子		エネルギー 831 kcal タンパク質 34.2 g 脂質 22.4 g
11 月	麦ごはん 牛乳 スコッチブロス	フィッシュフライ・ブロッコリーサラダ アイルランド風ポテトサラダ きのこのソテー	5/1 (金)	エネルギー 773 kcal タンパク質 32.1 g 脂質 20.5 g
12 火	麦ごはん 牛乳 豚汁	五目卵焼き かつぱ漬け 南瓜の煮付け		エネルギー 747 kcal タンパク質 34.6 g 脂質 20.4 g
13 水	ハヤシライス 牛乳 ほうれん草スープ	マカロニサラダ 果物		エネルギー 806 kcal タンパク質 26.9 g 脂質 24.4 g
14 木	麦ごはん 牛乳 スンドゥブチゲ	豚肉の中華風ソースがけ 鉄骨サラダ ミルクプリン		エネルギー 834 kcal タンパク質 34.2 g 脂質 31.3 g
15 金	ご飯 牛乳 ワンタンスープ	かじきの葱味噌焼き チーズ入り芋餅 ごま風味サラダ		エネルギー 811 kcal タンパク質 35.6 g 脂質 28.3 g
18 月	ご飯 牛乳 さつま汁	ししゃもの南蛮漬け 五目きんぴら 春雨サラダ		エネルギー 728 kcal タンパク質 24.7 g 脂質 21.3 g
19 火	ご飯 牛乳 大学芋	豆腐ステーキの野菜あんかけ 海藻サラダ 卵と大根のスープ	5/8 (金)	エネルギー 735 kcal タンパク質 22.4 g 脂質 22.0 g
20 水	高菜ごぼうチャーハン 牛乳 わかめスープ	レバニラ炒め 黒ごまプリン		エネルギー 751 kcal タンパク質 31.2 g 脂質 26.4 g
22 金	グリーンピースご飯 牛乳 かきたま汁	鱈のごま味噌焼き 粉ふき芋 ハムときゅうりのレモン風味和え		エネルギー 733 kcal タンパク質 35.3 g 脂質 21.6 g
25 月	親子丼 牛乳 味噌汁	ほうれん草のごま和え 明日葉チーズケーキ		エネルギー 868 kcal タンパク質 38.4 g 脂質 29.4 g
26 火	ご飯 牛乳 味噌汁	鮭のメンチカツ 和風サラダ 果物	5/15 (金)	エネルギー 791 kcal タンパク質 34.1 g 脂質 25.9 g
27 水	麦ごはん 牛乳 沢煮椀	豆腐の肉味噌あんかけ こんにやくサラダ オレンジゼリー		エネルギー 815 kcal タンパク質 34.7 g 脂質 24.7 g
28 木	チキンカレー 牛乳 キャベツスープ	フレンチサラダ フルーツポンチ		エネルギー 845 kcal タンパク質 27.1 g 脂質 28.2 g
29 金	麦ごはん 牛乳 ミネストローネ	鶏肉のレモン焼き きのこのマリネ ごまマヨネーズサラダ		エネルギー 783 kcal タンパク質 27.9 g 脂質 29.7 g

※献立は都合により、変更になることがあります。

「給食だより」もお読みください。

締め切り日までに予約をしましょう。予約をしないと給食は食べられません。

