

給食献立表 令和7年7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
1	月	ジャージャー麺 牛乳 春雨とワカメのスープ	中華サラダ 牛乳寒天	6/20 (金)	エネルギー 792 kcal タンパク質 39.5 g 脂質 31.8 g
3	木	麦ごはん 牛乳 イタリアンスープ	鶏肉のバーベキューソース きのこのマリネ ごまマヨネーズサラダ		エネルギー 831 kcal タンパク質 32.2 g 脂質 34.9 g
4	金	えびピラフ 牛乳 ポークビーンズ	鉄骨サラダ オレンジゼリー		エネルギー 793 kcal タンパク質 33.0 g 脂質 22.4 g
7	月	ちらし寿司 牛乳 七夕汁	冬瓜のそぼろあんかけ カルピスゼリー	6/27 (金)	エネルギー 721 kcal タンパク質 29.2 g 脂質 16.8 g
9	水	ビビンバ 牛乳 卵スープ	野菜のごまだれかけ 果物		エネルギー 820 kcal タンパク質 39.0 g 脂質 34.1 g
10	木	ご飯 牛乳 けんちん汁	かじきの葱みそ焼き ほうれん草の胡麻和え じゃが芋のチーズ焼き		エネルギー 826 kcal タンパク質 38.8 g 脂質 31.8 g
11	金	麦ごはん 牛乳 中華スープ	肉豆腐 春雨サラダ じゃが芋サラダ		エネルギー 897 kcal タンパク質 43.2 g 脂質 32.3 g
14	月	ご飯 牛乳 わかめスープ	麻婆茄子 茹でとうもろこし 塩ナムル	7/4 (金)	エネルギー 715 kcal タンパク質 25.9 g 脂質 27.1 g
15	火	麦ごはん 牛乳 コンソメスープ	ウインナーオムレツ ポテトサラダ パイナップルゼリー		エネルギー 846 kcal タンパク質 28.2 g 脂質 35.0 g
16	水	わかめご飯 牛乳 味噌汁	肉じゃが ごぼうサラダ 果物		エネルギー 750 kcal タンパク質 27.9 g 脂質 21.3 g
17	木	夏野菜カレーライス 牛乳 キャベツスープ	トマトサラダ フルーツヨーグルト		エネルギー 809 kcal タンパク質 26.0 g 脂質 30.0 g

☆7/7 七夕：織り姫（ベガ）と彦星（アルタイル）は、1年に1度だけ、七夕の日の夜に会えることができるといわれています。中国から伝わった行事で、平安時代の宮中では、そうめんを天の川に見立ててお供えをしていました。

※献立は都合により、変更になることがあります。

