

給食献立表 令和8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	水	麦ごはん	回鍋肉	6/19 (金)	エネルギー 868 kcal
		牛乳	ポテト春巻き		タンパク質 34.1 g
		卵ときのこのスープ	果物		脂質 29.2 g
2	木	麦ごはん	鶏肉のバーベキューソース		エネルギー 781 kcal
		牛乳	のりじゃが		タンパク質 35.9 g
		イタリアンスープ	ごまマヨネーズサラダ		脂質 26.9 g
3	金	シーフードピラフ		エネルギー 725 kcal	
		牛乳	カレー風味サラダ	タンパク質 30.0 g	
		ポトフ	りんごゼリー	脂質 18.3 g	
6	月	タコライス		6/26 (金)	エネルギー 788 kcal
		牛乳	にんじんシリシリ		タンパク質 39.1 g
		味噌汁	果物		脂質 27.9 g
7	火	ちらし寿司			エネルギー 733 kcal
		牛乳	冬瓜のそぼろあんかけ		タンパク質 29.3 g
		七夕汁	カルピスフルーツポンチ		脂質 20.7 g
8	水	麦ごはん	かじきの七味焼き	エネルギー 739 kcal	
		牛乳	切り干し大根煮	タンパク質 37.9 g	
		豚汁	ひじきサラダ	脂質 22.9 g	
9	木	わかめご飯	肉じゃが	エネルギー 782 kcal	
		牛乳	ごぼうサラダ	タンパク質 30.7 g	
		呉汁	果物	脂質 22.2 g	
10	金	天井		エネルギー 781 kcal	
		牛乳	小松菜とエリンギの辛子和え	タンパク質 29.6 g	
		味噌けんちん汁	果物	脂質 20.4 g	
13	月	麦ごはん	ウインナーオムレツ	7/3 (金)	エネルギー 764 kcal
		牛乳	わかめサラダ		タンパク質 27.6 g
		コンソメスープ	パイナップルゼリー		脂質 27.8 g
14	火	ご飯	鯖の竜田揚げ		エネルギー 811 kcal
		牛乳	辛子酢和え		タンパク質 37.2 g
		かきたま汁	五目豆煮		脂質 29.7 g
15	水	麦ごはん	麻婆茄子	エネルギー 724 kcal	
		牛乳	茹でとうもろこし	タンパク質 27.2 g	
		わかめスープ	塩ナムル	脂質 25.9 g	
16	木	夏野菜カレーライス		エネルギー 819 kcal	
		ジョア	イタリアンサラダ	タンパク質 24.1 g	
		キャベツスープ	お菓子な目玉焼き	脂質 22.8 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、七夕の日の夜に会う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。
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。

