

給食献立表 令和8年9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
2	水	キーマカレー 牛乳 小松菜スープ	なすと南瓜の南蛮サラダ フルーツヨーグルト	7/24 (金)	エネルギー 774 kcal タンパク質 25.3 g 脂質 26.9 g
3	木	麦ごはん 牛乳 和風野菜スープ	野菜メンチカツ 和風サラダ 果物		エネルギー 783 kcal タンパク質 28.5 g 脂質 28.9 g
4	金	ご飯 牛乳 卵スープ	ヤムニョムチキン チャプチェ風炒め ナムル		エネルギー 770 kcal タンパク質 36.3 g 脂質 24.2 g
7	月	麦ごはん 牛乳 ジュリエンスープ	チーズ入りオムレツ ブロッコリーのサラダ バジリコポテト		エネルギー 800 kcal タンパク質 34.9 g 脂質 30.6 g
8	火	ご飯 牛乳 ワンタンスープ	家常豆腐 中華サラダ 果物		エネルギー 817 kcal タンパク質 36.6 g 脂質 29.9 g
9	水	さつま芋ご飯 牛乳 味噌けんちん汁	鯖の香味焼き 菊花和え 切り干し大根煮		エネルギー 734 kcal タンパク質 37.0 g 脂質 24.6 g
10	木	中華丼 牛乳 豆腐とわかめのスープ	ひじきサラダ りんごゼリー		エネルギー 748 kcal タンパク質 32.8 g 脂質 20.5 g
11	金	レンズ豆とトマトのスパゲティ 牛乳 いんげん豆のクリームスープ	南瓜のサラダ サイダーポンチ	9/4 (金)	エネルギー 855 kcal タンパク質 32.3 g 脂質 30.8 g
14	月	麦ごはん 牛乳 きのこ汁	鮭の南蛮漬け 小松菜と糸寒天の辛子和え 里芋のごま味噌煮		エネルギー 738 kcal タンパク質 36.6 g 脂質 20.3 g
24	木	メキシカンライス 牛乳 オニオンスープ	鶏肉のサルサソースがけ マッシュポテト オレンジゼリー		エネルギー 764 kcal タンパク質 35.0 g 脂質 24.0 g
25	金	麦ごはん 牛乳 沢煮椀	豆腐の肉味噌あんかけ ひじきのマヨネーズ和え 南瓜のみたらし団子	9/11 (金)	エネルギー 823 kcal タンパク質 35.6 g 脂質 25.9 g
29	火	麦ごはん 牛乳 田舎汁	さんまの蒲焼き 酢の物 五目豆煮	9/18 (金)	エネルギー 781 kcal タンパク質 31.4 g 脂質 28.1 g

世界の料理
(韓国)ちょうよう
重陽の
もく
節句世界の料理
(メキシコ)

☆9/9 重陽（ちょうよう）の節句：五節句のひとつで、菊の節句ともいいます。

菊を飾って鑑賞したり、菊の花を浮かべたお酒を飲んで長寿を祝います。

※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。予約をしたら食べるようにしましょう！