

給食献立表 令和7年2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
3	月	ご飯 牛乳 中華風コーンスープ	★揚げ餃子 辣白菜・ビーフン炒め 果物	1/24 (金)	エネルギー 801 kcal タンパク質 27.8 g 脂質 25.9 g
4	火	ご飯 牛乳 打ち豆汁	魚の香味焼き 酢の物 さつま芋とりんごの煮物		エネルギー 777 kcal タンパク質 32.3 g 脂質 21.7 g
5	水	カレーピラフ 牛乳 白菜のクリームシチュー	キャベツとツナのサラダ 果物		エネルギー 804 kcal タンパク質 32.3 g 脂質 30.0 g
6	木	ご飯・のりの佃煮 牛乳 味噌汁	★肉じゃが ごぼうサラダ 果物		エネルギー 774 kcal タンパク質 26.0 g 脂質 20.5 g
7	金	ごまご飯 牛乳 スンドゥブチゲ	鶏の唐揚げ ナムル チヂミ		エネルギー 811 kcal タンパク質 36.7 g 脂質 33.1 g
10	月	豚丼 牛乳 かきたま汁	ポテトサラダ みぞれ和え 大豆とじゃこの甘辛揚げ	1/31 (金)	エネルギー 833 kcal タンパク質 36.0 g 脂質 28.9 g
12	水	ご飯 牛乳 すまし汁	擬製豆腐 春雨サラダ ポテト春巻き		エネルギー 824 kcal タンパク質 31.7 g 脂質 26.8 g
13	木	ご飯 牛乳 けんちん汁	魚のねぎみそ焼き ひじきの五目炒め ほうれん草のごま和え		エネルギー 774 kcal タンパク質 38.0 g 脂質 25.3 g
14	金	チキンライス 牛乳 白いんげんのポタージュ	ジャーマンポテト チョコレートブラウニー		エネルギー 803 kcal タンパク質 29.3 g 脂質 24.4 g
17	月	★親子丼 牛乳 味噌汁	糸寒天のごま酢和え 白玉フルーツポンチ	2/7 (金)	エネルギー 786 kcal タンパク質 33.9 g 脂質 18.7 g
18	火	ご飯 牛乳 味噌汁	鰯の山家揚げ 粉吹き芋 大根とキャベツの梅和え		エネルギー 743 kcal タンパク質 31.9 g 脂質 23.4 g
28	金	麦ごはん 牛乳 キャベツスープ	煮込みハンバーグ 大根サラダ りんごゼリー	2/14 (金)	エネルギー 788 kcal タンパク質 29.9 g 脂質 25.7 g

リクエストメニュー：☆のマークが目印です。

「カレーライス」「麻婆豆腐」「ピザトースト」は、1月の献立に入れました！
ご協力ありがとうございました！

※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。