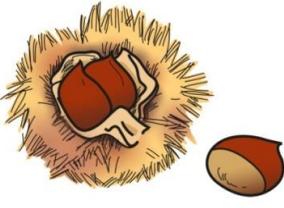


令和4年

10月予定献立表

都立橋高等学校

月		火		水		木		金		土	
3	800kcal	4	796kcal	5	796kcal	6	797kcal	7	761kcal	8	
麦入りご飯 鉄火みそ かに玉 もやしの中華和え わかめと豆腐のスープ おさつチップ		麦入りご飯 豆腐ハンバーグ(おろしソース) にんじんグラッセ 粉ふき芋 根菜類の煮物 みそ汁 ぶどう		麦入りご飯 さばのみそ煮 ゆでチンゲン菜 かぼちゃのそぼろ煮(乳和食) けんちん汁 梨		焼肉丼 ひじき入り小松菜のナムル わかめスープ さつま芋の茶巾		【十三夜(10/8)献立】 栗入りかやくご飯 鮭の塩焼き 小松菜のごまみそ和え みそ汁 月見団子		この週の 予約締切日は 9月22日(木)	
10	スポーツの日	11	779kcal	12	809kcal	13	809kcal	14	833kcal	15	
		【目の愛護デー(10/10)献立】 ビーンズカレーライス 白菜サラダ 細切り野菜のスープ ミルクゼリー ブルーベリーソース		三色丼 キャベツのごま酢和え つみれ汁 いももち		チキンライス コールスローサラダ ポトフ プリン		親子丼 ごまドレサラダ みそ汁 明日葉スノーボールクッキー		この週の 予約締切日は 9月30日(金)	
17	842kcal	18	781kcal	19	778kcal	20	800kcal	21	793kcal	22	
麦入りご飯 魚の酢豚風 ひじきの中華和え 黄花湯(ホリホリタケ) ぶどう		麦入りご飯 筑前煮 小松菜のおろし和え みそ汁 スイートポテト		麦入りご飯 メンチカツ 小松菜ソテー 大根の甘酢漬け すまし汁		ガーリックトースト 秋のシチュー 鉄骨サラダ りんご		麦入りご飯 豆腐の肉みそかけ 冬瓜と豚肉の炒め物 里芋汁		この週の 予約締切日は 10月7日(金)	
24	777kcal	25	798kcal	26	768kcal	27	803kcal	28		29	
麦入りご飯 肉じゃが 卵の花炒り みそ汁 柿		コーンチャーハン 鶏レバーと野菜の香味炒め 小松菜のスープ 大学芋		麦入りご飯 なすと豚肉のみそ炒め ポテトサラダ 小松菜の柚香あえ みそ汁		麦入りご飯 魚の幽庵焼き じゃが芋の金平 豚肉と大根のみそ煮 かきたま汁				この週の 予約締切日は 10月14日(金)	
31	807kcal									11/5	
【ハロウィン献立】 ツナとトマトのパスタ チキンとチーズのサラダ 野菜スープ パンプキンパイ										この週の 予約締切日は 10月21日(金)	

都合により変更になる場合があります。メニューによって異なる場合がありますが、牛乳は必ず付きます。