

令和6年7月 予定献立表



都立橘高等学校

1日	776	2日	750	3日	755	4日	776	5日	751	
ご飯 手作りふりかけ 鯖の香り焼き ごま和え みそ汁 きなこ団子		2色トースト（チーズ&アーモンド） 夏野菜シチュー わかめサラダ オレンジゼリー	ご飯 魚のみそ焼き ごま和え 親子煮 みそ汁		ご飯 ハンバーグ パスタソテー かぼちゃフライ セロリ入りサラダ ベジタブルスープ		混ぜ寿司 肉団子 とうもろこしのサラダ セタ汁 すいか			6月21日 （金）
8日	747	9日	785	10日	769	11日	758	12日	784	
ご飯 卵焼き パプリカサラダ なすの炒め物 みそ汁		ご飯 手作りさつま揚げ 小松菜サラダ 高野豆腐の卵とじ みそ汁	ご飯 赤魚の西京焼き ベジタブルフライ 大豆とじゃがいもの煮物 みそ汁		枝豆ご飯 鶏肉の唐揚げ ごま和え みそ汁 すいか		ベジタブルライス フランスパントースト 鮭のムニエル グリーンサラダ ジュリエンスープ カフェオレゼリー			6月28日 （金）
15日		16日	798	17日	803	18日	763	19日	776	
		夏野菜カレー ツナとわかめのサラダ メロン	小松菜丼 きびなごのから揚げ きゅうりのサラダ スイートポテト		ご飯 豆腐の煮物 もやしのナムル 春雨入りスープ 杏仁豆腐		ご飯 小松菜とじゃこのふりかけ 鯖のから揚げ じゃがいもサラダ 野菜の煮物 みそ汁			7月5日 （金）

献立は変更になる場合があります。牛乳は毎日提供します。右上の数値はエネルギー量（kcal）です。