

2024年(令和6年)



10月予定献立表

給食は予約制です。
しめきり日までに予約を
入れてね!!

都立立川高等学校

月	火	水	木	金	予約締切日
	1 都民の日	2 牛乳 ごはん 焼き魚 じゃがいものカレー炒め 信田和え みそ汁 (846 kcal / 36.9 g)	3 牛乳 ごはん かぼちゃと卵の重ね焼き ポークビーンズ ピクルス 果物 (831 kcal / 33.9 g)	4 牛乳 ごはん メンチカツ 白菜とツナの和え物 みそ汁 (886 kcal / 34.5 g)	しめきり日 9/18 (水)
7 牛乳 ソイそばろ丼 切り干し大根煮 みそ汁 果物 (805 kcal / 38.4 g)	8 牛乳 ごはん 豆腐チゲ 大根スープ マーラカオ(中華蒸しパン) (781 kcal / 37.7 g)	9 牛乳 ごはん ハンバーグおろしソース ポテトサラダ なめこ汁 (851 kcal / 40.8 g)	10 牛乳 ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き かぶのゆかり和え 切り昆布の炒り煮 のっぺい汁 (738 kcal / 38.3 g)	11 牛乳 ピザトースト コーンサラダ クリームシチュー (759 kcal / 32.5 g)	しめきり日 9/24 (火)
14 スポーツの日 	15十三夜献立 牛乳 吹き寄せ栗ご飯 魚の竜田揚げ 大根の漬物 みそ汁 (749 kcal / 33.7 g)	16 牛乳 ハヤシライス マカロニサラダ 野菜スープ 果物 (885 kcal / 29.6 g)	17 牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 みそ汁 揚げ大豆 (868 kcal / 48.4 g)	18 牛乳 ごはん いかのねぎみそ焼き まごわやさし和え 塩肉じゃが かきたま汁 (728 kcal / 42.0 g)	しめきり日 9/30 (月)
21 牛乳 天丼(いか・魚・野菜) キャベツの浅漬け 沢煮椀 フルーツポンチ (836 kcal / 29.9 g)	22 牛乳 スパゲティミートソース かぶと芋のサラダ 小松菜のスープ 手作りプリン (777 kcal / 32.1 g)	23 牛乳 ごはん 肉豆腐 はたはたから揚げ みそ汁 (852 kcal / 38.9 g)	24 牛乳 わかめご飯 鶏の味噌漬け焼き 辛し和え みそ汁 牛乳寒 (724 kcal / 36.5 g)	25 牛乳 ごはん 豚キムチ バンバンジーサラダ 春雨スープ (748 kcal / 37.8 g)	しめきり日 10/7 (月)
28 牛乳 ドライカレー マセドアンサラダ コーンのスープ 餃子の皮アップルパイ (808 kcal / 30.1 g)	29 牛乳 ごはん 酢豚 ナムル わかめスープ 果物 (858 kcal / 30.3 g)	30 牛乳 こぎつねごはん 魚の香味焼き 煮浸し 豚汁 (777 kcal / 42.1 g)	31ハロウィン 牛乳 チキンライス かぼちゃコロッセ BLTスープ (910 kcal / 32.3 g)	しめきり日 10/15 (火)	

★ 献立は仕入れの都合により変更することもあります。
★ 予約締切日までに予約を入れてください。
★ 献立表の () 内…エネルギー量(kcal)/たんぱく質 (g) を記載しています。

