



2026年 9月

都立豊島高等学校

月	火	水	木	金	備考
	1日	2日	3日	4日	
	夏野菜カレー 和風サラダ カルピスゼリー	親子丼 塩こんぶマヨ和え みそ汁 (ダシ・イモ・大根・わかめ)	押麦ごはん 麻婆豆腐 ひじきと春雨の中華サラダ 中華コーンスープ	休業日	この週の 予約締切日は 7月30日(木)
	1792 kcal たんぱく質 27.3 g 脂質 25.3 g 食塩相当量 2.9 g	1765 kcal たんぱく質 33.2 g 脂質 27.3 g 食塩相当量 3.3 g	1767 kcal たんぱく質 33.4 g 脂質 23.7 g 食塩相当量 3.1 g		※ご注意ください。
7日	8日	9日	10日	11日	
ご飯 鯖のごま昆布焼き じゃがいものそぼろあん 切干大根の和え物 すまし汁(かぶ・イモ)	チキンピラフ スペイン風オムレツ 野菜サラダ 野菜の加えスープ ショア	栗ご飯 花シュウマイ 菊花入り酢の物 鶏けんちん汁	冷やし中華 野菜の中華炒め パインヨーグルト	オンライン学習デー	この週の 予約締切日は 7月30日(木)
1701 kcal たんぱく質 34.2 g 脂質 19.6 g 食塩相当量 2.6 g	1728 kcal たんぱく質 30.4 g 脂質 21 g 食塩相当量 3.1 g	1689 kcal たんぱく質 26.3 g 脂質 20 g 食塩相当量 2.3 g	1720 kcal たんぱく質 28 g 脂質 22.5 g 食塩相当量 4.6 g		※ご注意ください。
14日	15日	16日	17日	18日	
粒麦ご飯 魚のカレー揚げ さといもの照り煮 即席漬け みそ汁(豆腐・アサツキ)	ご飯 豆腐ハンバーグ 野菜のきな粉和え 野菜汁	三色丼 甘酢漬け みそ汁(ねぎ・冬瓜) 果物(梨)	ご飯 鶏肉のり塩焼き 切干大根の煮物 ごま酢和え みそ汁(大根・わかめ)	しらすご飯 揚げだし豆腐 ひじきのごま和え みそ汁(あさり・わかめ・ねぎ)	この週の 予約締切日は 9月3日(木)
1716 kcal たんぱく質 32.5 g 脂質 22.4 g 食塩相当量 3.1 g	1718 kcal たんぱく質 33.4 g 脂質 22.7 g 食塩相当量 3 g	1731 kcal たんぱく質 30.3 g 脂質 22.3 g 食塩相当量 3 g	1711 kcal たんぱく質 28.7 g 脂質 23.7 g 食塩相当量 3.1 g	1764 kcal たんぱく質 25.4 g 脂質 27.2 g 食塩相当量 3.1 g	
21日	22日	23日	24日	25日	
敬老の日	国民の祝日	秋分の日	スタミナ丼 野菜の和え物 みそ汁(ダシ・イモ・玉葱・若布) ショア	卵とじうどん 白菜の甘酢和え みたらしだんご	この週の 予約締切日は 9月10日(木)
			1670 kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 11.8 g 食塩相当量 3.1 g	1738 kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 15 g 食塩相当量 4.8 g	
28日	29日	30日		給食予約システムQRコード	
振替休業日	ご飯 チキンカツ バジルドレッシングサラダ ひよこ豆のスープ	ご飯 鮭のもみじ焼き 肉じゃが 野菜汁		スマートフォン 	この週の 予約締切日は 9月10日(木)
	1743 kcal たんぱく質 35.5 g 脂質 20.8 g 食塩相当量 2.2 g	1782 kcal たんぱく質 36.8 g 脂質 27.2 g 食塩相当量 2.5 g			※ご注意ください。

※牛乳は8日、24日以外毎日つきます

※食材調達の都合などにより、献立が変更になることもあります。ご了承ください。