

献*立*表

◆給食は毎日、牛乳が付きます。

	11日 月曜日	12日 火曜日	13日 水曜日	14日 木曜日	15日 金曜日
朝	トースト/セルフドリンク チキンピカタ/ヨーグルト	ロールパン/コーンスープ/ゼリー	ウイナーロール セルフドリンク/オレンジ	メロンパン/スープ/ヨーグルト	ピザトースト セルフドリンク/ヨーグルト
給食	ごはん/若竹汁 鯖の金山寺みそ焼き/即席漬け	ごはん/スープ チンジャオロース/餃子ロール	ごはん/なめこ汁 鶏肉の塩麴焼き/切り干し大根の煮物	ごはん/かき玉汁 鰹の香味焼き/たくあん和え	ロールパン/ポトフ 野菜のキッシュ
アレルギー	477/22.1	451/13.5	464/14.9	545/17.1	534/24.0
夕	【入学・お祝いお楽しみ献立】	ごはん/みそ汁 豚肉の生姜焼き/ごま和え	ごはん/さわにわん 鯖の西京焼き/かにかまの酢物	麻婆丼/スープ/ナムル/デザート	
アレルギー	897/32.0	728/31.3	608/27.8	888/33.4	

	18日 月曜日	19日 火曜日	20日 水曜日	21日 木曜日	22日 金曜日
朝	トースト/セルフスープ ミートボール/ヨーグルト	くるみミルクパン/セルフドリンク オムレツ	クロワッサン/スープ/ゆで卵	ロールパン/ミネストローネ/ゼリー	セルフドッグ/オレンジジュース
給食	ポークカレー/海藻サラダ	五目中華飯/スープ/厚揚げの中華煮	ごはん/すまし汁 鯖の照り焼き/ふきの炒め煮	ごはん/飛鳥汁 じゃがいものそぼろ煮/おかか和え	コッペパン/ミルクスープ 鶏肉のパン粉焼き/アスパラサラダ
アレルギー	497/16.6	562/17.2	464/14.8	438/13.6	502/15.4
夕	ごはん/みそ汁 牛肉とごぼうの炒め煮/ゆかり和え	ごはん/よしの汁 鯖のみそ煮/のり和え	ごはん/みそ汁 梅肉メンチカツ/マカロニサラダ	パセリライス/スープ スペアリブ風/コールスローサラダ	
アレルギー	870/27.6	785/33.9	783/35.8	769/28.9	859/32.5
アレルギー	677/27.7	747/27.0	988/39.0	751/33.3	

	25日 月曜日	26日 火曜日	27日 水曜日	28日 木曜日
朝	天然酵母パン/セルフドリンク ハムチーズピカタ/ヨーグルト	クリームパン/セルフドリンク/サラダ	トースト/スープ/バナナ	セルフハンバーガー/りんごジュース
給食	ごはん/スープ 豚キムチ炒め/きびなごフライ	ごはん/豚汁 鯖の塩焼き/卵の花	ひじきごはん/すまし汁/親子煮	やきそば/スープ/ヨーグルト
アレルギー	526/20.8	455/16.5	407/12.1	489/14.9
夕	牛丼/みそ汁 ちくわの酢の物/デザート	ごはん/スープ ほきのチリソース/中華和え	ごはん/みそ汁/鶏肉のレモン漬け スナックえんどうのマヨ和え	
アレルギー	714/28.3	621/27.9	716/30.2	803/35.2
アレルギー	916/37.7	714/26.1	853/27.4	

皆さんが、元気に学校・寄宿舎生活を送れるように、バランスの良い献立や、わくわくするような献立を作る予定です。安全でおいしい食事を提供するために、給食室一同、頑張ります！食事をする時間が、友達や先生と一緒に過ごす楽しい時間、食事のマナーや知識を学ぶ時間になってほしいと思います。全員で協力して、後片付けもよろしくお願ひします。

献立表の見方

※給食には、牛乳が毎日ついています。献立名の『牛乳』は省いています。ただし、献立によって牛乳の代わりに別の飲料水が入ることがあります。

◆食材の入荷等の状況により、献立名や食材が変わることがあります。

献立名

	11日 月曜日
朝	トースト/セルフドリンク チキンピカタ/ヨーグルト
給食	ごはん/若竹汁 鯖の金山寺みそ焼き/即席漬け
夕	【入学・お祝いお楽しみ献立】赤米ライス/スープ ハンバーグ/エビフライ/小歌亭/ブロッコリーの塩茹で
アレルギー	477/22.1
アレルギー	649/28.9
アレルギー	897/32.0

1食分のエネルギー/
たんぱく質の量

