


平成30年 7 月 予定献立表

都立荒川工業高等学校

月	火	水	木	金	土
2	3	4 A・B献立	5	6	7
牛乳 ターメリックライス ドライカレー トマトスープ ツナサラダ 912 kcal 食塩2.8 g	牛乳 ご飯 みそ汁 真珠蒸し 切干大根洋風煮 816 kcal 食塩3.4 g	牛乳 A : フィッシュバーガー B : チキン竜田バーガー ポークシチュー 大根サラダ 884 kcal 食塩4.6 g	牛乳 ご飯 みそ汁 生揚げピザソース焼き さつま芋のレモン煮 野菜ごまあえ 926 kcal 食塩3.1 g	牛乳 バラちらし お吸い物 野菜からし和え カルピスゼリー 791 kcal 食塩4 g	この週の 予約締切日は 6月22日(金)
9	10	11	12	13	14
牛乳 ご飯 みそ汁 かれい煮付け 茹で大根・白菜 肉豆腐 805 kcal 食塩3.7 g	牛乳 中華風炊きおこわ みそ汁 厚焼きたまご 南瓜いとこ煮 811 kcal 食塩3.8 g	牛乳 ご飯 みそ汁 酢豚 粉吹き芋 おかかあえ 814 kcal 食塩3.9 g	牛乳 ソース焼きそば 白菜スープ 巣ごもり卵 くだもの 805 kcal 食塩4 g	牛乳 ご飯 みそ汁 鶏バーベキューソース マッシュポテト きゃべつ豆のカレー炒め 874 kcal 食塩3.9 g	この週の 予約締切日は 6月29日(金)
16 海の日	17	18	19	20	21
	牛乳 鶏肉の変わり丼 みそ汁 ふろふき大根鶏みそ 811 kcal 食塩3.9 g	牛乳 ご飯 みそ汁 けんちん焼き もやしごま酢 886 kcal 食塩3.5 g	牛乳 ご飯 みそ汁 鶏肉と野菜の炒め物 生揚げきゃべつ煮物 801 kcal 食塩3.8 g	牛乳 あなご飯 吉野汁 肉じゃが オレンジゼリー 882 kcal 食塩2.8 g	この週の 予約締切日は 7月6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もありますが、牛乳は必ず付きます。