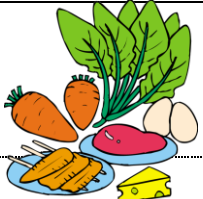









[平成30年4月 予定献立表]

都立荒川工業高等学校

月	火	水	木	金	
				6日	
				牛乳 タラコスパゲティ- アーモンドサラダ 春雨スープ フルーツ	この週の 予約締切日は 3月29日(木) です
				7日	
				8日	
9日	10日	11日 選択給食	12日	13日	
牛乳 チキンカレー 盛り合わせサラダ フルーツ	赤飯 赤飯 鶏肉のみそ漬焼き 野菜炒め くらの酢の物 トロロのすまし汁	牛乳 A 三色丼 B スタミナ丼 もやしのゴマ酢和え あさりと長葱のみそ汁	牛乳 ご飯 マーボー豆腐 えのき茸のゴマ酢和え 豆腐ともやしのみそ汁	牛乳 ご飯 鶏肉のローマ風煮 春菊とイカの和え物 たけのこトウモロコシのすまし汁	この週の 予約締切日は 3月29日(木) です
エネルギー 983 kcal たんぱく質 35.2 g 脂質 39.9 g 食塩相当量 4.6 g	エネルギー 823 kcal たんぱく質 42.8 g 脂質 36.8 g 食塩相当量 7.5 g	エネルギー 971 kcal たんぱく質 46.1 g 脂質 37.3 g 食塩相当量 6.1 g	エネルギー 811 kcal たんぱく質 35.7 g 脂質 29.8 g 食塩相当量 4.1 g	エネルギー 824 kcal たんぱく質 39.1 g 脂質 30.6 g 食塩相当量 4.8 g	
16日	17日 選択給食	18日	19日	20日	
牛乳 ハヤシライス 大根がら梅ドレッシング オニオンスープ	牛乳 ご飯 A 煮込みハンバーグ B マルサのマヨネーズ焼き 野菜のお浸し 小松菜と長葱のすまし汁	牛乳 ご飯 卵と春雨の炒め物 ふきの含め煮 牛乳	牛乳 五目焼きそば 海老と野菜のサラダ ワカメと長葱のみそ汁	牛乳 鶏焼丼 小松菜としらすのお浸し 若芽と三つ葉のすまし汁	この週の 予約締切日は 4月6日(金) です
エネルギー 932 kcal たんぱく質 35.9 g 脂質 32.4 g 食塩相当量 7.7 g	エネルギー 913 kcal たんぱく質 44.3 g 脂質 33.5 g 食塩相当量 4.0 g	エネルギー 786 kcal たんぱく質 36.5 g 脂質 27.7 g 食塩相当量 4.3 g	エネルギー 829 kcal たんぱく質 35.2 g 脂質 34.8 g 食塩相当量 5.3 g	エネルギー 947 kcal たんぱく質 43.4 g 脂質 45.8 g 食塩相当量 6.9 g	
23日	24日	25日	26日	27日	
牛乳 ご飯 鶏肉と野菜のあんかけ 春雨の酢の物 なめこと豆腐のみそ汁	牛乳 ご飯 イカと豚肉の炒め物 もやしと人参のゴマ和え たけのこ茸のスープ	牛乳 ご飯 鯖の照り焼き さつま揚げと野菜の旨煮 里芋とごぼうのみそ汁	牛乳 焼きうどん しそ風味サラダ ワカメと長葱のみそ汁 オレンジ	牛乳 冷やし中華 マカロニサラダ 三色スープ	この週の 予約締切日は 4月13日(金) です
エネルギー 871 kcal たんぱく質 36.4 g 脂質 28.1 g 食塩相当量 6.1 g	エネルギー 737 kcal たんぱく質 36.1 g 脂質 26.1 g 食塩相当量 4.2 g	エネルギー 839 kcal たんぱく質 38.6 g 脂質 27.2 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー 868 kcal たんぱく質 36.1 g 脂質 37.8 g 食塩相当量 7.6 g	エネルギー 809 kcal たんぱく質 36.6 g 脂質 38.0 g 食塩相当量 6.7 g	
30日					
振替休日					この週の 予約締切日は 4月20日(金) です
エネルギー 847 kcal たんぱく質 34.3 g 脂質 31.4 g 食塩相当量 5.9 g					

\* 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。