



日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
1	木	とりにく 鶏肉のパン粉焼き やさい 野菜のマリネ きのこのコンソメスープ コッペパン ジョア	394	265	659
2	金	こぎつねずし しろみざかな 白身魚フライ はる 春キャベツのみそ汁 しる 牛乳	345	こぎつねずし (395) 米 (304)	740
7	水	た 炊き込みご飯 こ 鶏肉の梅酢あげ とうふ 豆腐とえのきのみそ汁 しる 牛乳	361	356	717
8	木	ハンバーグ マカロニサラダ たま 玉ねぎのコンソメスープ コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳	456	265	721
9	金	ビビンバ はるさめ 春雨サラダ もずく汁 じる ごはん ジョア	312	297	609
12	月	おやこに 親子煮 たくわんのあえ物 すまし汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	459	297	756
13	火	マーボー豆腐 どうふ 大根とわかめのスープ ごはん ジョア	359	297	656
14	水	まめ 豆ご飯 とりにく 鶏肉の照り焼き て や じゃがいもとたま 玉ねぎのみそ汁 しる 牛乳	309	310	619
15	木	ぶたにく 豚肉コロッケ ビーンズサラダ オニオンスープ コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳	445	265	710
16	金	カレーライス こまつな 小松菜とコーンのあえ物 の 飲むヨーグルト	172	カレーライス (533) 米 (322)	705
19	月	とりにく 鶏肉のみぞれ煮 に 酢の物 とうふ 豆腐とわかめのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	430	297	727
20	火	ツナカレーピラフ ポトフ の 飲むヨーグルト	179	ピラフ (384) 米 (304)	563

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
21	水	しろみざかな 白身魚の照り焼き て や きりぼしだいこん 切干大根の煮物 たま 玉ねぎと豆腐のみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	475	297	772
22	木	とりにく 鶏肉のレモンソース カレーソテー かぼちゃのコンソメスープ コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳	441	265	706
23	金	やさしい 野菜入りきつねうどん ミンチカツ ジョア	259	うどん (367) 麵 (210)	626
26	月	クファジュージー む 蒸ししゅうまい (チンゲン菜添え) さといもとたま 玉ねぎのみそ汁 しる 牛乳	304	クファジュージー (409) 米 (304)	713
27	火	くじら わもう 鯨の和盲ソース こうやどうふ 高野豆腐の煮物 だいこん 大根とえのきのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	505	297	802
28	水	ガパオライス ポン酢サラダ ジョア	363	322	685
29	木	ブラウンシチュー キャベツのごまドレサラダ コッペパン の 飲むヨーグルト	437	265	702
30	金	ぶた 豚じゃが もやしのおかかマヨ和え とうふ 豆腐とあげのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	411	297	708

さくねんどせいと こうあん 昨年度生徒が考案したメニューです。
たいじちょう 太地町にある道の駅でも提供されています。

いまがおいしいよ!

えんどう豆 そらまめ たけのこ アスパラガス

しんじゃが いちご メロン あさり かつお

今が旬の食べ物