



月			火			水			木			金		
エネルギー	タンパク質	脂質	エネルギー	タンパク質	脂質	エネルギー	タンパク質	脂質	エネルギー	タンパク質	脂質	エネルギー	タンパク質	脂質
1 			2 			3 チキンカレーライス マストレサラダ 冷凍パイン 牛乳			4 キムチチャーハン トックスープ 大学芋 牛乳			5 ご飯 鶏じゃが みそマヨネーズサラダ カルピスゼリー 牛乳		
833kcal			761kcal			805kcal			881kcal			781kcal		
31.0g			37.1g			23.9g			26.0g			27.8g		
22.7g			19.6g			24.4g			26.1g			22.5g		
8 回鍋肉丼 春雨サラダ 冷凍みかん 牛乳 			9 ごはん 魚の梅みそ焼き 煮浸し さつま汁 牛乳			10 チキンライス パン♪キンクリームス♪ ビーンズサラダ 牛乳			11 きなこ揚げパン トマトポトフ マカロニサラダ 牛乳			12 ご飯 生揚げと野菜の煮物 ごま酢和え 抹茶プリン 牛乳		
833kcal			761kcal			810kcal			830kcal			878kcal		
31.0g			37.1g			32.0g			29.7g			34.4g		
22.7g			19.6g			25.3g			38.6g			27.4g		
15 			16 ねぎ塩豚丼 わかめサラダ サイダーポンチ 牛乳			17 スパゲティマトソース イタリアンサラダ 黒糖ケーキ 牛乳			18 わかめごはん ポテトコロッケ フレンチサラダ 鶏汁 牛乳			19 マーボー豆腐丼 パリパリサラダ ぶどう 牛乳		
815kcal			888kcal			824kcal			803kcal			803kcal		
28.7g			31.4g			31.0g			31.2g			25.0g		
22.2g			28.8g			23.6g			25.0g					
22 ガーリックライス 鶏肉のピリ辛焼き オニドレサラダ 大麦のクリームスープ 牛乳			23 			24 ひじきごはん 魚のタルタルソース焼き 和風サラダ 沢煮椀 牛乳			25 中間考査 給食無し 			26 中間考査 給食無し 		
866kcal			758kcal											
32.7g			33.3g											
32.9g			26.9g											
29 ハヤシライス じゃこサラダ 梨 牛乳			30 ごはん 魚の南蛮漬け ごまおひたし 豚汁 牛乳											
830kcal			792kcal											
26.3g			36.9g											
25.8g			21.5g											

※都合により、献立や食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。