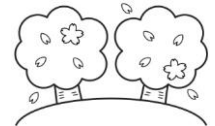




献立表



豊島区立巣鴨北中学校

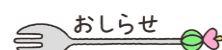
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
4月の予定		6	7	8
・4/6 始業式 ・4/7 入学式 ・4/8 対面式 給食始 ・4/11 全校朝会 ・4/15 全校朝会 委嘱式 専門委員会		・4/16 としま土曜公開 保護者会 ・4/18 I 期時間割始 ・4/19 3年全国学力調査 ・4/20 区中研一斉部会 ・4/21 避難訓練 ・4/22 区学力調査 ・4/28 開校記念日	始業式 	第16回入学式
			エネルギー たんぱく質 脂質	950 28.1 28.3
11	12	13	14	15 B時程
<入学・進級お祝い献立> ・春のちらしずし ・豚汁 ・野菜のごまあえ ・果物 ・牛乳	・ごはん ・みそ汁 ・豆腐ハンバーグ ・糸寒天のごま酢あえ ・果物 ・牛乳	・黒砂糖パン ・チキンクリームシチュー ・アスパラサラダ ・りんごゼリー ・牛乳	・あんかけ焼きそば ・大豆入り揚げ餃子 ・春雨サラダ ・フルーツポンチ ・牛乳	・ごはん ・みそ汁 ・鮭の照り焼き ・じゃがいもの金平 ・果物 ・牛乳
754 28.2 20.6	733 28.8 16.5	861 28.6 30.0	926 33.4 25.0	750 34.4 15.6
18	19	20 B時程	21	22
・親子丼 ・みそ汁 ・野菜のかつお節あえ ・果物 ・牛乳	・ハムコーントースト ・キャベツと ひよこまめのスープ ・じゃがいもサラダ ・パンナコッタ ・牛乳	・ごはん ・鶏肉といもの炒め煮 ・ごまじゃこあえ ・黒蜜きな粉白玉 ・牛乳	・わかめごはん ・五目汁 ・鯖のみそ焼き ・野菜のおひたし ・果物 ・牛乳	・ベーコンときのこの スープスパゲッティ ・ピリ辛サラダ ・マドレーヌ ・牛乳
789 28.3 20.5	806 25.6 40.8	890 28.0 18.7	752 35.3 18.3	918 27.2 38.5
25	6組なし 26	27	28	29
・アスパラガスと しらすのごはん ・むらくも汁 ・いかのかりんあげ ・野菜のみそドレッシング ・果物 ・牛乳	・コーンピラフ ・ジュリエンヌスープ ・スパニッシュオムレツ ・ビーンズサラダ ・牛乳	<開校記念日献立> ・お赤飯 ・すまし汁 ・鶏肉のチュリッポ揚げ ・野菜の磯浸し ・フルーツゼリー ・牛乳	開校記念日 	昭和の日
739 31.6 20.5	838 31.0 32.7	830 33.3 27.4		

今月の給食目標

給食活動の基本を身につけよう

- 石けんできれいに手を洗いましょう。
- 給食当番は白衣・帽子をきちんと着用しましょう。
- 協力して準備・片付けをしましょう。
- よい姿勢で食べましょう。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
栄養基準量	820	30	25
今月の平均	824	30.1	25.2



- ☆献立は都合により変更になることがあります。
- ☆食物アレルギーをお持ちの方で、使用食材一覧が必要な場合は栄養士へ連絡してください。