

[配布用献立表]

2021年 4月 0:通常献立

福島県立会津第二高等学校 2021-04-07 印刷

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
8 木	牛丼 牛乳 マカロニサラダ 青梗菜のスープ いちご	★輸入牛ばら(脂身付き)、★牛乳、 ★ロースハム	しらたき、上白糖、給食用白米、給食用強化米、おおむぎ(押麦)、★マカロニスバゲッティ、★マヨネーズ(卵黄型)	玉葱、しょうが(酢漬)、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、まいたけ、いちご	896 kcal 27.0 g 35.5 g 3.2 g						
12 月	ちらし寿司 牛乳orジョア 菜の花のえごまドレッシングがけ こづゆ 桜もち	★むきえび200/400(鉄分強化) 錦糸玉子、たら(でんぷ)、★牛乳、★ジョアストロベリー、ほたてがい(貝柱、煮干し)	給食用白米、給食用強化米、ごま(いり)、えごま(乾)、さといも(冷凍)、しらたき、★焼きふ(親世ふ)、桜もち(関東風)	★えだまめ(冷凍)、しょうが(酢漬)、和種なばな(茎、ゆで)、にんじん、きくらげ(乾)、干し椎茸	812 kcal 32.7 g 13.3 g 2.6 g						
13 火	きなこ揚げパン 牛乳orジュース クリームシチュー ポテトサラダ いちご	★きな粉(大豆)、★牛乳、★鶏若鶏肉モモ(皮付き)、★たまご	給食用パン(粉)、米ぬか油、上白糖、さつまいも、有塩バター、じゃがいも、★マヨネーズ(卵黄型)	にんじん、玉葱、エリンギ、とうもろこし(冷凍)、きゅうり、いちご	876 kcal 29.4 g 37.1 g 2.9 g						
14 水	ハヤシライス 牛乳orジョア シーザーサラダ キャベツときのこのスープ フッピンプリン	★輸入牛モモ(脂身付き)、★牛乳、★プロセスチーズ	じゃがいも、米ぬか油、給食用白米、給食用強化米、おおむぎ(押麦)、アーモンド(乾)、フレンチドレッシング	にんじん、玉葱、トマト缶詰(ホール)、レタス、冷凍国産ミニブロッコリー、とうもろこし(冷凍)、キャベツ、ぶなしめじ	932 kcal 30.0 g 31.6 g 2.8 g						
16 金	押し麦ごはん 菜の花ふりかけ 牛乳 油淋鶏(ユーリンチー) ほうれん草のサラダ	★牛乳、★鶏若鶏肉モモ(皮付き)、まぐろ缶詰(油漬レークイ)、★木綿豆腐、カットわかめ、★米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米、給食用強化米、白い発芽胚芽米、かたくり粉、米ぬか油、上白糖、ごま油、サザンアイトドレッシング、アーモンド(乾)	ねぎ、にんじん、ほうれん草(冷凍)、なめこ	880 kcal 35.1 g 33.9 g 2.9 g						
19 月	ポーカクレ 牛乳orジュース アスパラガスサラダ 豆腐の味噌汁 ヤクルト65	★豚肩ロース(脂身付)、★牛乳、★木綿豆腐、カットわかめ、★米みそ(赤色辛みそ)、ヤクルト	給食用白米、給食用強化米、おおむぎ(押麦)、じゃがいも	玉葱、にんじん、大根(福神漬)、アスパラガス(ゆで)、レタス、黄ピーマン、赤ピーマン	841 kcal 27.4 g 24.1 g 3.2 g						
20 火	たけのご飯 牛乳orジュース パンキアンサンプルエッグ 菜の花のツナ和え 豚汁	★油揚げ、★牛乳、パンキアンサンプルエッグ、まぐろ缶詰(油漬レークイ)、★豚モモ(脂身付き)、★米みそ(淡色辛みそ)、ソファールストロベリー	上白糖、給食用白米、給食用強化米、さといも(冷凍)、板こんにゃく	たけのこ(水煮)、にんじん、和種なばな(茎、ゆで)、ごぼう、だいこん、ねぎ	820 kcal 31.5 g 19.2 g 2.7 g						
21 水	押し麦ごはん 牛乳 さばの味噌煮 小松菜と卵のピリ辛炒め すまし汁	★牛乳、冷凍サバ味噌煮、★たまご、★豚肩ロース(脂身付)、冷凍豆腐(Fe、Ca、Fa強化)、カットわかめ	給食用白米、給食用強化米、白い発芽胚芽米、米ぬか油	小松菜10F、にんじん、とうがらし、ねぎ	813 kcal 31.2 g 30.6 g 2.3 g						
22 木	キャロットライス 牛乳 タンダーチキン フレンチサラダ もずくスープ	★牛乳、★鶏若鶏肉モモ(皮付き)、★ヨーグルト(全脂無糖)、沖縄もずく(塩蔵、塩抜き)	給食用白米、給食用強化米、ごま(乾)、米ぬか油、アーモンド(乾)、フレンチドレッシング	にんじん、キャベツ、レタス、とうもろこし(か-補冷凍)、ミニトマト、ねぎ、小松菜10F	782 kcal 30.5 g 26.5 g 2.3 g						
23 金	エビピラフ 牛乳orジョア ポパイサラダ コーンスープ キウイ	★むきえび200/400、★牛乳、★ジョア、★マスカット、まぐろ缶詰(油漬レークイ)、(鉄分強化) 錦糸玉子	給食用白米、給食用強化米、有塩バター、アーモンド(乾)	玉葱、にんじん、★えだまめ(冷凍)、冷凍ほうれん草カット、とうもろこし缶詰(クリーム)、★キウイフルーツ	817 kcal 29.2 g 20.7 g 3.3 g						
26 月	キーマカレーライス 牛乳 レタスサラダ 豆腐のスープ りんご	★豚ひき肉、★牛ひき肉、国産冷凍大豆、★牛乳、カットわかめ、かに風味かまぼこ、★木綿豆腐	給食用白米、給食用強化米、おおむぎ(押麦)、フレンチドレッシング	玉葱、にんじん、★えだまめ(冷凍)、トマト缶詰(ホール)、レタス、とうもろこし(か-補冷凍)、だいこん、★りんご	860 kcal 31.3 g 28.3 g 2.6 g						
27 火	ミートソースバゲッティ 牛乳orジョア 海藻サラダ 卵スープ 日向夏ゼリー	★豚ひき肉、★牛ひき肉、★パルメザンチーズ、★牛乳、★ジョア、★マスカット、★たまご	★マカロニスバゲッティ、上白糖	にんじん、玉葱、パセリ、トマト缶詰(ホール)、レタス、きゅうり、赤ピーマン、ぶなしめじ、ねぎ	865 kcal 34.6 g 26.4 g 3.2 g						
28 水	麻婆丼 牛乳 ほうれん草のえごま和え もやしのすまし汁 果物(みかん)	★木綿豆腐、★豚ひき肉、★牛乳、蒸しかまぼこ、わかめ(乾燥、水戻し)	米ぬか油、かたくり粉、給食用白米、給食用強化米、えごま(乾)、上白糖	ねぎ、青ピーマン、にんじん、干し椎茸、冷凍ほうれん草カット、とうもろこし(か-補冷凍)、りよくとうもろやし、温州蜜柑(早生、生)	820 kcal 31.3 g 23.5 g 3.3 g						

※「表示設定」を行ったアレルギー食品には★を表示しています