

令和6年度 4月予定献立表

福島県立会津第二高等学校

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月	発芽米入りご飯 牛乳 麻婆豆腐 ほうれん草のごまサラダ もやしのすまし汁	牛乳, 木綿豆腐, 豚ひき肉, わかめ (乾燥, 水戻し)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 米ぬか油, かたくり粉, ご ま(いり)	ねぎ, 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 れ冷凍), りょくとうもやし	820 kcal 34.7 g 27.3 g 2.4 g	22月	牛丼 牛乳 ナムル風サラダ じゃが芋と若布の味噌汁 果物(オレンジ)	輸入牛モモ(脂身付き), 牛乳, カッ トわかめ, 米みそ(淡色辛みそ)	しらたき, 上白糖, 給食用白米, おお むぎ(押麦), 給食用強化米, 緑豆は るさめ, ごま(いり), じゃがいも	玉葱, しょうが(酢漬), りょくとう もやし, にんじん, きゅうり, ねぎ, ネーブル	780 kcal 32.6 g 16.8 g 2.4 g
10水	発芽米入りご飯 牛乳 ハンバーグデミグラスソースがけ フレッシュサラダ ジュリアンスープ 極みプリン	牛乳, ハンバーグ(冷凍), ベーコン	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 有塩バター, フレンチド レッシング	レタス, 冷凍国産ミニブロッコ リー, 赤ピーマン, 黄ピーマン, キャ ベツ, 玉葱, にんじん	909 kcal 30.8 g 29.4 g 2.6 g	23火	味噌ラーメン 牛乳 春巻きと菜の花添え 元気ヨーグルト	豚肩ロース(脂身付), なた, 牛乳, かつお加工品(削り節), ソール元氣 ヨーグルト	中華めん(ゆで), 米ぬか油	青ピーマン, だいずもやし, にんじ ん, キャベツ, ねぎ, 洋種なばな(莖 葉, ゆで)	758 kcal 31.3 g 26.5 g 2.8 g
11木	発芽米入りご飯 牛乳 さばの味噌煮 ひじきの五目炒め煮 かきたま汁 果物(オレンジ)	牛乳, 冷凍サバ味噌煮, 干ひじき(ア ッパ缶, 乾), 国産冷凍大豆, 油揚げ, たまご	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 板こんにゃく, 米ぬか油, 上白糖, かたくり粉	にんじん, れんこん(ゆで), 糸みつ ば, ネーブル	846 kcal 29.3 g 28.8 g 2.3 g	24水	発芽米入りご飯 牛乳 鮭のホイル焼き 肉じゃが 大根の味噌汁	牛乳, しろさけ 50g, 米みそ(淡 色辛みそ), 豚モモ(脂身付き), カッ トわかめ, 油揚げ	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 大豆油, じゃがいも, しら たき, 上白糖	えのきたけ, 玉葱, 青ピーマン, 黄 ピーマン, にんじん, 干し椎茸, だい こん	760 kcal 33.1 g 16.6 g 2.3 g
12金	カレーライス 牛乳 小松菜とレタスの彩りサラダ 豆腐の味噌汁	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)	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), 小松 菜1QF, レタス, 黄ピーマン, 赤ピー マン, ねぎ	787 kcal 27.1 g 23.5 g 2.6 g	25木	キーマカレーライス 牛乳 ブロッコリーサラダ ミネストローネ風	豚ひき肉, 国産冷凍大豆, 牛乳, ベー コン	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食 用強化米, じゃがいも	玉葱, にんじん, トマト缶詰(ホー ル), 冷凍国産ミニブロッコリー, レタス, とうもろこし(か れ冷凍), セロリー	840 kcal 30.4 g 28.1 g 2.1 g
16火	ナン はちみつ 牛乳 クリームシチュー もずく入りさっぱりサラダ きになる野菜ミニ赤ブドウ&トマト	牛乳, 鶏若鶏肉モモ(皮付き), もず く(塩蔵, 塩抜き)	ナン, はちみつ, じゃがいも, 大豆油	にんじん, 玉葱, ぶなしめじ, 冷凍国 産ミニブロッコリー, しそ葉, きゅ うり, だいこん	768 kcal 28.8 g 27.4 g 2.5 g	26金	発芽米入りご飯 牛乳 鯖立田揚げ 海藻サラダ 舞茸の味噌汁	牛乳, さば立田揚げ, 大豆(国産, ゆ で), 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	レタス, にんじん, とうもろこし(か れ冷凍), まいたけ, だいこん	748 kcal 25.5 g 24.5 g 1.6 g
17水	たけのご飯 牛乳 鯖の味噌焼き 菜の花のツナ和え 豚汁 いちご	油揚げ, 牛乳, サワラ西京焼, まぐろ 缶詰(油漬フレーク), 豚モモ(脂身付 き), 米みそ(淡色辛みそ)	上白糖, 給食用白米, 白い発芽胚芽 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(莖, ゆで), ごぼう, だいこん, ねぎ, いちご	725 kcal 32.0 g 18.7 g 2.1 g	27土	キャロットライス 牛乳 タンドリーチキン ポトフ	牛乳, 鶏若鶏肉モモ(皮付き), ヨー グルト(全脂無糖), ベーコン	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食 用強化米, ごま(乾), 米ぬか油, オ リーブ油, じゃがいも	にんじん, キャベツ, 玉葱	841 kcal 31.4 g 31.3 g 2.3 g
18木	発芽米入りご飯 牛乳 油淋鶏(ユーリンチー) ほうれん草のサラダ なめこの味噌汁	牛乳, 鶏若鶏肉モモ(皮付き), 絹ご し豆腐, カットわかめ, 米みそ(淡色 辛みそ)	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食 用強化米, かたくり粉, 米ぬか油, ご ま(いり), 上白糖, ごま油	ねぎ, にんじん, とうもろこし(か れ冷凍), ほうれん草(冷凍), なめ こ	769 kcal 28.2 g 24.8 g 1.9 g						
19金	発芽米入りご飯 牛乳 豚肉のしょうが焼き アスパラの春サラダ けんちん汁	牛乳, 豚ロース(脂身付き), 木綿豆 腐	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 米ぬか油, さといも, 板こ んにゃく, ごま油	玉葱, しょうが, アスパラガス(ゆ で), レタス, にんじん, 黄ピーマン, ごぼう, だいこん, ねぎ	818 kcal 32.0 g 26.2 g 2.3 g						

※都合により献立を変更する場合があります。