

2025年12月

富士宮東高 定時制献立表

1日 (月)				2日 (火)				3日 (水)				4日 (木)				5日 (金)			
米飯 鯖の味噌煮 オクラと長芋の和え物 けんちん汁 牛乳				米飯 ハニーマスター豆チキン アスパラソテー たまごスープ 牛乳				米飯 回鍋肉 焼壳とサラダ 中華スープ 牛乳				米飯 鯵フライと帆立風味フライ がんもの煮付 味噌汁 牛乳				ミートソーススパゲティー ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ 牛乳			
熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g
824	38.6	28.6	2.1	835	39.7	27.9	2.5	855	35.2	30.3	2.6	820	33.1	24.9	2.9	802	39.7	32.4	2.6
8日 (月)				9日 (火)				10日 (水)				11日 (木)				12日 (金)			
ご飯 チキン南蛮 いんげんの炒め物 味噌汁 牛乳				ご飯 海老と玉子のチリソース煮 菜の花のガーリックソテー 中華スープ 牛乳				ビーフカレー ほうれん草サラダ オレンジゼリー 牛乳								ご飯 白身魚の野菜あんかけ 南瓜サラダ 味噌汁 牛乳			
熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g
819	38.1	27.6	2.7	821	38.6	25	2.5	876	32.2	29.2	2.7	840	35.1	27.5	2.5	840	35.1	27.5	2.5
15日 (月)				16日 (火)				17日 (水)				18日 (木)				19日 (金)			
ビビンバ じゃこサラダ プリン 中華スープ 牛乳				ご飯 鰯のネギソースがけ 筑前煮 味噌汁 牛乳				ご飯 鶏の照り焼き ピーマンとエリンギ炒め 味噌汁 牛乳				味噌野菜ラーメン 焼餃子&大根サラダ わかめおにぎり 牛乳				エビピラフ ミートローフ&星のコロッケ アスパラサラダ コーンスープ 牛乳			
熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g	熱量kcal	蛋白g	脂質g	塩分g
821	35.5	24.8	2.8	841	38.4	25.2	2.5	838	39.3	24.2	2.5	871	36.2	27.2	5.2	974	39.9	33.7	2.9
22日 (月)				23日 (火)				24日 (水)				25日 (木)				26日 (金)			
																			

※仕入れの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

株クリエイティブ 食彩俱楽部