

9月 献立表

静岡県立富士高等学校

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	kcal	kcal	kcal	kcal
7	8	9	10	11
牛乳 米飯 ハヤシライス ポテトサラダ ゼリー	牛乳 パスタ ミートソース 野菜サラダ	牛乳 米飯 豚肉と厚揚げの味噌炒め きのこ小松菜の胡麻和え	牛乳 米飯 鶏のから揚げ スパゲティサラダ	牛乳 米飯 味噌汁 2色コロッケ ほうれん草のお浸し
508kcal	422kcal	387kcal	650kcal	475kcal
14	15	16	17	18
牛乳 米飯 カレーライス 福神漬け フルーツヨーグルト	牛乳 米飯 コンソメスープ タコライス	牛乳 米飯 味噌汁 回鍋肉 キムチ和え	牛乳 米飯 味噌汁 チキン南蛮 小松菜磯和え	牛乳 米飯 味噌汁 焼肉 もやしナムル
535kcal	415kcal	385kcal	465kcal	565kcal
21	22	23	24	25
			牛乳 米飯 クリームシチュー アスパラインゲンツナ和え	牛乳 米飯 ロールキャベツ マカロニサラダ
			440kcal	369kcal
28	29	30		
牛乳 米飯 わかめスープ 麻婆豆腐 フルーツカクテル	牛乳 うどん キーマカレー 野菜サラダ	牛乳 米飯 味噌汁 親子煮 ひじき煮		
374kcal	544kcal	397kcal		

※アレルギー「えび、カニ」該当するメニューはありません。

※エネルギーに主食と牛乳は含まれておりません。