

令和7年3月

豊能町立東能勢小中学校 7～9年生給食献立表(中学生用)

通常食

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
エビカツ ブロッコリーの和え物 油揚げとキャベツの煮びたし 白菜サラダ ひじきの梅和え ソースパック ひなあられ 牛乳 ごはん 	豚肉と玉葱の煮物 チキンナゲット 小松菜と炒り卵の和え物 金時豆 ふりかけ 牛乳 ごはん	照焼きチキン ほうれん草とえのきのソテー ジャーマンポテト 白菜と三つ葉の和え物 チーズ 牛乳 クロワッサン	牛肉ともやしの炒め煮 マカロニサラダ 切干大根の酢の物 ミニいちごゼリー 牛乳 ごはん 	カボチャひき肉フライ オクラの和え物 キャベツのおかか和え ミックスフルーツ 福神漬 カレー 牛乳 ごはん 
I献立 -789kcal	I献立 -862kcal	I献立 -790kcal	I献立 -846kcal	I献立 -927kcal
10	11	12	13	14
サバの塩焼き 大根としめじのソテー キャベツサラダ 焼きそば 大福 青じそドレッシング小袋 牛乳 菜めし	鶏の唐揚げ 白菜の煮びたし ポテトサラダ きんぴらごぼう オクラのおかか和え 牛乳 ごはん 生徒考案献立	おろしハンバーグ ブロッコリーのソテー 高野豆腐の含め煮 もやしと人参の和え物 ミニグレープゼリー 牛乳 ごはん	焼肉炒め カップグラタン キャベツとツナの炒め物 ほうれん草と白菜の和え物 いちごクレープ 牛乳 ごはん	卒業式
I献立 -901kcal	I献立 -895kcal	I献立 -772kcal	I献立 -854kcal	
17	18	19	20	21
サワラのソース煮 ブロッコリーのガーリックソテー 切干大根とオクラの中華和え 小松菜のさっと煮 さつま芋の甘露煮 瀬戸ふりかけ 牛乳 ごはん	豚肉とキャベツの塩だれ炒め 揚げ餃子・揚げシュウマイ にんじんしりしり ヨーグルトゼリー 牛乳 ごはん	すきやき もやしの土佐煮 ほうれん草と錦糸卵の和え物 ふかし芋 牛乳 ごはん	春分の日 	鶏の甘酢 三度豆とコーンのソテー キャベツサラダ 小松菜の煮びたし チーズ 中華ドレッシング小袋 牛乳 ごはん
I献立 -795kcal	I献立 -919kcal	I献立 -747kcal		I献立 -859kcal

※献立は交通事情や購入、天候その他の都合で変更することがあります。ご了承ください。