

令和7年4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 7	火 8	水 9	木 10	金 11
			鶏肉のトマトオニオンソース もやしとニラのソテー カップグラタン ほうれん草と人参のお浸し ミニいちごゼリー 牛乳 ロールパン I補給 -783kcal	ヒレカツ キャベツと人参のソテー 大根とコーンのサラダ いんげんとツナの和え物 黒糖きなこ餅 ソースパック 牛乳 ごはん I補給 -787kcal
14 鶏肉のレモン煮 もやしとピーマンのソテー ツナサラダ ポークビーンズ りんご缶 瀬戸ふりかけ 牛乳 ごはん I補給 -897kcal	15 八宝菜 バンサンスー ブロッコリーのコンソメ煮 ゴマ団子 牛乳 ごはん I補給 -772kcal	16 牛肉のオイスター炒め スパゲティサラダ ほうれん草としめじの和え物 ミニグレープゼリー 牛乳 ごはん I補給 -825kcal	17 ハンバーグ ブロッコリーのガーリックソテー ジャーマンポテト 大根サラダ チーズ 牛乳 ごはん I補給 -793kcal	18 エビカツ 小松菜とえのきのソテー キャベツサラダ ミックスフルーツ 人参の和風炒め 青じそドレッシング小袋 カレー 牛乳 ごはん I補給 -921kcal
21 アジの照焼き キャベツとコーンのソテー れんこんのきんぴら ふかし芋 きのこのポン酢和え 海苔の佃煮 牛乳 ごはん I補給 -756kcal	22 プルコギ 揚げ餃子・揚げシュウマイ 小松菜の中華サラダ パイン缶 牛乳 ごはん I補給 -918kcal	23 豚肉の甘辛煮 ほうれん草のごま和え だし巻き卵 金時豆 たらこふりかけ 牛乳 ごはん I補給 -808kcal	24 照焼きチキン ブロッコリーの煮びたし キャベツサラダ 白菜の和え物 ヨーグルトゼリー イタリアンドレッシング小袋 牛乳 レーズンパン I補給 -694kcal	25 カボチャひき肉フライ もやしソテー 高野豆腐の含め煮 小松菜と人参のポン酢和え みかん缶 牛乳 ごはん I補給 -802kcal
28 アジフライ ブロッコリーの和え物 塩焼きそば ひじき煮 抹茶餅 ソースパック 牛乳 ごはん I補給 -839kcal	29 昭和の日 	30 牛肉の甘辛煮 ほうれん草とじゃこの炒め物 白菜の塩昆布和え みかん缶 瀬戸ふりかけ 牛乳 ごはん I補給 -771kcal		

※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。