

[ 8 . 9 月 定 食 献 立 表 ]



若葉食堂

8 月

水	木	金	木	金
25日	新型コロナ感染症対策として、8月中は、高校生が若葉食堂を利用できなくなりましたので、若葉食堂も営業を中止します。			31日
ご飯 牛乳 さけの紅葉焼き もやしの豚汁 小松菜のおひたし くだもの (なし)	ご飯 トンカツ 大根とあげのみそ汁 ごまきゃべつ くだもの(オレンジ)	ひじきの物め煮 あげとキャベツのみそ汁 くだもの(オレンジ)	フライス くだもの (なし) 福神漬 牛乳	サバ・メシ(サバイバルご飯) 高野豆腐の揚げ煮 防災シチュー 缶詰ミックスフルーツ 牛乳
エネルギー 777 kcal たんぱく質 34.4 g 脂質 22.9 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 837 kcal たんぱく質 31.5 g 脂質 29.8 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 800 kcal たんぱく質 34.4 g 脂質 22.4 g 食塩相当量 3.0 g	エネルギー 920 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 33.3 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 854 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 22.0 g 食塩相当量 2.4 g

9 月

月	火	水	木	金
6日	7日	8日	9日	10日
麦ご飯 牛乳 カレーきんぴら 切り干し大根のごま和え ふりかけ 黄桃ヨーグルト	ソースカツ丼 牛乳 コールスローサラダ キムチスープ 三方梅ゼリー	梅と枝豆のさっぱりごはん 肉入りゴボウ汁 ほうれん草のおひたし 果物(りんご) 牛乳	玄米入りご飯 牛乳 だいずのいそ煮 小松菜とキャベツのごま和え ふりかけ くだもの (なし)	ご飯 牛乳 マダイフライ 肉じゃが やさいのゴマドレッシングあえ 果物(りんご)
エネルギー 855 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 19.9 g 食塩相当量 2.3 g	エネルギー 907 kcal たんぱく質 30.7 g 脂質 32.1 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 756 kcal たんぱく質 28.5 g 脂質 17.6 g 食塩相当量 2.8 g	エネルギー 759 kcal たんぱく質 29.1 g 脂質 22.0 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 891 kcal たんぱく質 32.7 g 脂質 24.0 g 食塩相当量 1.9 g
13日	14日	15日	16日	17日
麦ご飯 牛乳 いわしのおかか煮 かぼちゃのそぼろ煮 小松菜とシメジのおかかあえ ふりかけ, 果物(バナナ)	麦ご飯 牛乳 肉団子の野菜あんかけ バンサンスウ たまごスープ 卵 くだもの(オレンジ)	きなこコッパン 野菜のスープ煮 ヨーグルトあえ 牛乳	麦ご飯 牛乳 サケのから揚げ トマトのさっぱりソース じゃがいものみそ汁 キウリとわかめの酢の物 羽二重餅	ご飯 豚肉の生姜炒め マッシュポテト まめ豆ふくいのスープ 果物(りんご)
エネルギー 817 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 20.1 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 805 kcal たんぱく質 35.9 g 脂質 20.0 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 929 kcal たんぱく質 33.1 g 脂質 34.3 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 791 kcal たんぱく質 31.8 g 脂質 21.1 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 737 kcal たんぱく質 26.9 g 脂質 18.5 g 食塩相当量 1.7 g
20日	21日	22日	23日	24日
敬老の日	給食がないので 定食メニューはありません			キムたくご飯 牛乳 雁の足 キャベツスープ ヨーグルト
			秋分の日	エネルギー 815 kcal たんぱく質 26.0 g 脂質 23.1 g 食塩相当量 2.9 g
27日	28日	29日	30日	
ご飯 牛乳 福井サーモンの梅ソース みそスープ 小松菜のおひたし 果物(りんご)	麦ご飯 牛乳 目玉焼き 麻婆豆腐 ワカメサラダ 果物(みかん)	コッパン 牛乳 ポークビーンズ ひじきのマリネサラダ いちごジャム オレンジジュース	ご飯 牛乳 ビーフンの炒め物 中華スープ 味付けのり くだもの (なし)	
エネルギー 787 kcal たんぱく質 31.3 g 脂質 24.5 g 食塩相当量 3.1 g	エネルギー 864 kcal たんぱく質 37.0 g 脂質 29.2 g 食塩相当量 3.9 g	エネルギー 826 kcal たんぱく質 33.9 g 脂質 23.8 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 753 kcal たんぱく質 28.5 g 脂質 18.6 g 食塩相当量 2.2 g	

[ 8, 9月 軽食セット 献立表 ]



8月

若葉食堂

水	木	金	木	金
25日	26日	27日	30日	31日
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;">                     新型コロナ感染症対策として、8月中は、高校生が若葉食堂を利用できなくなりましたので、若葉食堂も営業を中止します。                 </div>				

9月

月	火	水	木	金
6日	7日	8日	9日	10日
振替休日のため 軽食セットはなし	ひやしキムチうどん コールスローサラダ ちくわの磯部揚げ くだもの(オレンジ)	永平寺スタミナ丼 豆腐とシメジの おすいもの ほうれん草のおひたし	肉うどん 小松菜とキャベツの ごま和え 玄米入りおにぎり	ドライカレー ほうれん草のおひたし 福神漬 果物(りんご)
	エネルギー 809 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 12.8 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 559 kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 14.6 g 食塩相当量 4.0 g	エネルギー 607 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 14.7 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 677 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 5.9 g 食塩相当量 2.5 g
13日	14日	15日	16日	17日
カレーライス 小松菜とシメジの おかかあえ 果物(バナナ) 福神漬	きつねうどん 大豆入り肉団子の 野菜あんかけ くだもの(オレンジ)	ガパオライス 野菜のスープ煮 ヤクルト	きつねうどん チキン棒の一味焼き キュウリとわかめの 酢の物 ソファール	ドライカレー まめ豆ふくいのスープ 福神漬 果物(りんご)
エネルギー 810 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 12.3 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 548 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 12.9 g 食塩相当量 2.0 g	エネルギー 827 kcal たんぱく質 26.8 g 脂質 16.7 g 食塩相当量 2.3 g	エネルギー 688 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 14.2 g 食塩相当量 4.6 g	エネルギー 797 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 16.7 g 食塩相当量 2.5 g
20日	21日	22日	23日	24日
敬老の日	焼きそば 茹でウィンナー ヨーグルトあえ わかめのおにぎり	かつお節とチーズの おにぎり キャベツスープ メンチカツ くだもの(オレンジ)	秋分の日	ドライカレー キャベツスープ 福神漬
	エネルギー 768 kcal たんぱく質 25.2 g 脂質 19.5 g 食塩相当量 3.8 g	エネルギー 809 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 18.5 g 食塩相当量 3.7 g		エネルギー 754 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 14.8 g 食塩相当量 2.5 g
27日	28日	29日	30日	
テスト期間中のため軽食はありません。				