

[2 月 予 定 献 立 表]

2022年 2.3月

高志高等学校

月	火	水	木	金
	1日	2日	3日	4日
	臨時休校	臨時休校	恵方巻き 牛乳 ニンキーのプルコギ キーマカレー 小松菜のおひたし おすいもの 節分豆	ご飯 牛乳 高志中ストロガノフ キャベツのレモン和え お手製アップルパイ
E: 1補給 - P: たんぱく質			E 891 kcal P 38.6 g	E 924 kcal P 26.2 g
F: 脂質 Na: 食塩			F 31.7 g Na 2.6 g	F 39.6 g Na 2.8 g
7日	8日	9日	10日	11日
ご飯 牛乳 福井サーモンのうめソース 福井のめぐみ汁 勝山水菜のおひたし くだもの いちご	ご飯 牛乳 メンチカツ 八宝菜 茹ブロッコリー 果物(バナナ),味付けのり	ソフト麺のミートソースかけ 牛乳 ミルメーク 豆のカラフルサラダ くだもの いちご	やさいリゾット 牛乳 タンドリーチキン ジャーマンポテト 茹ブロッコリーのペペロンチーノ 果物(バナナ)	建国記念の日
E 774 kcal P 33.9 g F 23.8 g Na 3.0 g	E 856 kcal P 31.8 g F 24.7 g Na 1.9 g	E 834 kcal P 35.3 g F 27.7 g Na 1.8 g	E 865 kcal P 36.4 g F 39.4 g Na 2.3 g	
14日	15日	16日	17日	18日
天気の子ポテチチャーハン 牛乳 目玉焼き 豆乳入りキャベツスープ チョコバナナパイ	キーマカレー 牛乳 野菜スープ ヨーグルトあえ 福神漬・らっきよ	学力検査のため 休み	学力検査のため 休み	登校禁止のため 休み
E 894 kcal P 32.0 g F 34.3 g Na 2.1 g	E 899 kcal P 24.7 g F 23.9 g Na 2.9 g			
21日	22日	23日	24日	25日
ご飯 牛乳 カレー溜肉片(カレー味の酢豚) バンサンスウ わかめのピリ辛スープ くだもの (いちご)	ご飯 牛乳 ギョーザ にんじんとコーンの甘酢和え ポークジンジャー汁 くだもの (いよかん)	天皇誕生日	ご飯 牛乳 だし巻きたまご 豚肉と大根の煮物 きゅうりとわかめの酢の物 果物 (りんご いちご)	登校禁止のため 休み
E 852 kcal P 30.1 g F 29.0 g Na 3.3 g	E 854 kcal P 35.7 g F 26.9 g Na 2.0 g		E 869 kcal P 35.3 g F 25.1 g Na 4.7 g	
28日				
ご飯 牛乳 豚肉のチリソース煮 じゃがいものみそ汁 中華あえ ココアプリン				
E 820 kcal P 31.7 g F 26.3 g Na 3.7 g				