

令和4年7月分 夜間定時制学校給食献立表

鞍手高校定時制 変更分

日	曜	献立名					備考		
		主食	主菜	副菜(汁物)	(デザート)	牛乳			
1	金	ご飯	豚肉とじゃがいもの南蛮煮	春雨の酢の物	豆腐とえのきのすまし汁		牛乳	18:00	
4	月	スパゲティミートソース		フレンチサラダ	コーンと卵のスープ		牛乳	18:00	
5	火	休 校							
6	水	ご飯	魚の煮つけ	豚肉と野菜のごま炒め	みそ汁		牛乳	18:00	
7	木	ご飯	麻婆なす	中華酢の物	ごまわかめスープ	七夕ゼリー	牛乳		
8	金	とうもろこしご飯	あじのしそ風味フライ	ごぼうのきんぴら	すまし汁		牛乳		
11	月	ご飯	ハンバーグ	粉ふきいも	野菜スープ		牛乳		
12	火	ご飯	魚のみそチーズマヨネーズ焼き	ひじきの炒り煮	けんちん汁		牛乳	17:15	
13	水	ご飯	ミンチカツ	小松菜の煮浸し	オクラのすまし汁		牛乳	17:15	
14	木	ご飯	焼きぎょうざ	豆腐と枝豆の中華炒め	もやしとベーコンのスープ		牛乳	17:15	
15	金	ご飯	チキン南蛮	小松菜ともやしのごま炒め	じゃがいものみそ汁		牛乳	17:15	
19	火	夏野菜カレー(ご飯)		アスパラのサラダ(ごまドレ)		ヨーグルト	牛乳	17:15	
20	水	親子丼(ご飯)		わかめときゅうりの酢の物	すまし汁	ぶどうゼリー	牛乳	17:15	

❖毎月19日は「食育の日」❖
主食・主菜・副菜のそろった食事をしよう。

* 食事の前には、石けんを使って、正しく手を洗いましょう！！
* 栄養バランスの良い食事、規則正しい生活で健康な体づくりをしましょう。

