

令和4年6月分 夜間定時制学校給食献立表

福岡県立鞍手高等学校

日	曜	献立名					備考
		主食	主菜	副菜(汁物)		牛乳	
1	水	ご飯	牛丼(ご飯)	シューマイ	中華香味スープ		牛乳
2	木	ご飯	魚のパン粉焼き	きゅうりの中華和え	みそ汁		牛乳
3	金	ご飯	豚肉とキャベツのコチュジャン炒め	味玉子	厚揚げとチンゲン菜のスープ	ブドウゼリー	牛乳 17:15~
6	月	ご飯	魚のマーマレード煮	野菜のオイスターソース炒め	すまし汁		牛乳
7	火	ご飯	麻婆豆腐	キュウリとハムとわかめの酢の物	コーンと卵のスープ		牛乳
8	水	ご飯	鶏肉の照り焼き	じゃがいものきんぴら	みそ汁	オレンジ	牛乳
9	木	ご飯	鮭のチーズとパセリのフライ	切干大根のサラダ	野菜のスープ		牛乳
10	金	ご飯	豚肉とじゃがいもの南蛮煮	野菜の中華和え	すまし汁		牛乳
13	月	ご飯	鶏手羽元のさっぱり煮	ツナと野菜の炒め物	きのこ汁		牛乳
14	火	ご飯	魚の塩焼き	ナゲット	みそ汁		牛乳
15	水	ご飯	チキンと厚揚げのトマト煮	野菜のアーモンド和え	キャベツとベーコンのスープ		牛乳
16	木	おにぎり	ごぼう天うどん	がんもどきと昆布の煮物			牛乳
17	金	ビーフカレー(ご飯)		コールスロー		ヨーグルト	牛乳
20	月	ご飯	魚のフライ	五目煮豆	みそ汁		牛乳
21	火		親子丼(ご飯)	野菜のじゃこ炒め	すまし汁		牛乳
22	水	ご飯	ハンバーグオニオンソース	ごぼうサラダ	みそ汁		牛乳
23	木	ご飯	魚のピザソース焼き	野菜のソテー	シチュー		牛乳
24	金	ご飯	タンドリーチキン	粉ふきいも	野菜のスープ		牛乳
27	月	ご飯	魚のみそ煮	根菜と春雨の炒め物	もずく汁		牛乳
28	火	ご飯	豚肉と野菜の生姜焼き	わかめの酢の物	野菜のみそ汁		牛乳
29	水	ご飯	鶏肉の唐揚げ	じゃがいもの土佐煮	かき玉汁		牛乳 18:00~
30	木	ゆかりのおにぎり	ぶっかけざるうどん(錦糸卵、キュウリ、もやし、天かす)		かぼちゃのそぼろあんかけ	杏仁豆腐	牛乳 18:00~

❖毎月19日は「食育の日」❖

主食・主菜・副菜のそろった食事をして、野菜をしっかり食べよう。

6月は「食育月間」

食育は「生きる上での基本」であり、「知育・徳育・体育」の基礎となるもの」