

令和5年4月分 夜間定時制学校給食献立表

鞍手高校定時制

日	曜	献立名					備考	
		主食	主菜	副菜(汁物)	(デザート)	牛乳		
10	月	ご飯	ホワイトシチュー	れんこんのきんぴら		オレンジ	牛乳	17:15
11	火	麦ご飯	鶏肉の唐揚げ	じゃがいもの土佐煮	春雨汁		牛乳	17:15
12	水	ご飯	さばの塩焼き	ほうれん草のごま和え	油揚げとさつまのみそ汁		牛乳	
13	木	ご飯	回鍋肉	切干大根ときくらげの中華炒め	コーン卵スープ		牛乳	
14	金	チキンカレー(ご飯)		ブロッコリーとカリフラワーのソテー	福神漬け	ヨーグルト	牛乳	
17	月	ご飯	あじのフライ	じゃが芋と豚肉のきんぴら	豆腐のみそ汁		牛乳	
18	火	ご飯	ハンバーグの デミグラスソースかけ	スナックえんどう	野菜たっぷりスープ		牛乳	
19	水	春の たけのご飯	さわらの西京焼き	卵の花煮	すまし汁		牛乳	❖食育の日
20	木	ご飯	麻婆豆腐	野菜の昆布和え	中華香味スープ	りんごゼリー	牛乳	
21	金	ご飯	肉じゃが	卵焼き	大根とわかめのみそ汁		牛乳	17:15
24	月	ご飯	鶏肉の照り焼き	小松菜と油揚げの炒め物	けんちん汁		牛乳	17:15予定
25	火	親子丼(麦ご飯)		かぼちゃの含め煮	春なすとわかめのみそ汁	みかんゼリー	牛乳	
26	水	ご飯	ポークソテー	ツナと野菜のサラダ	ミネストローネ		牛乳	
27	木	ご飯	鮭の塩焼き	たけのこと春雨の炒め物	新玉ねぎのみそ汁		牛乳	
28	金	ご飯	トンカツ	キャベツのレモン和え	ワンタンスープ		牛乳	

❖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。

福岡県産農林水産物を選んでおいしく食べましょう

福岡県内では、おいしい野菜や果物、海産物がとれます。学校給食に使われる米、牛乳は福岡県産品で、その他の食材も季節ごとにおいしい野菜や魚などを取り入れます。

春は、たけのこ、たまねぎ、キャベツ、スナックえんどう、わかめなどやわらかくてみずみずしい食材がたくさんあります。