



令和4年 9月 給食献立表



埼玉県立川越工業高等学校 定時制

月	火	水	木	金
<p>🍎🍌🍇🍓🍌🍇🍓🍌🍇🍓🍌🍇🍓🍌🍇🍓🍌🍇🍓🍌🍇🍓</p> <p>2学期が始まりました!</p> <p>なが ながやす おお がつき かいし 長かった夏休みが終わり、2学期が開始しました。</p> <p>なつ つか せいかつ へんか 夏の疲れや生活リズムの変化から、心や体は不安定になりがちです。</p> <p>そうならないためにも、せいかつ ととの しよじ すいみん そうならないためにも、生活リズムを整え、食事や睡眠、</p> <p>きやうよう 休養をしっかりとることがとても大切です。</p> <p>がつき げんき 2学期も元気でいられるよう、たいちよう きま っす 2学期も元気でいられるよう、体調に気を付けて過ごしましょう!</p> <p>こんげつ あき しよくさい つか こんだて ふ たの 今月から秋の食材を使った献立が増えていきますので、お楽しみに!</p>			1	2
			始業式	給食開始
				牛乳 ごはん 回鍋肉 春巻き わかめスープ 果物(ぶどう)
			827	33.4
5	6	7	8	9
牛乳 シーフードカレーライス チーズサラダ フルーツヨーグルト	牛乳 ごはん 鶏肉の照焼き 根菜の煮物 みそ汁 黒糖わらびもち	牛乳 ごはん 麻婆野菜 春雨サラダ ふわ玉なめこスープ	牛乳 ごはん サワラのガリ батаきのこ ナポリタン風ソテー コンソメスープ	明日は十五夜! 牛乳 けんちんうどん とり天 みたらし団子
884	32.3	825	35.9	813
813	34.1	805	34.8	821
39.0	12	13	14	15
牛乳 チキンピラフ ミネストローネ ヨーグルトケーキ	牛乳 ごはん サバのおろし煮 かぼちゃの甘酢炒め 豚汁	牛乳 タコライス もずくスープ タンナファクルー	牛乳 わかめごはん 韓国風たまご焼き チャブチェ チゲスープ	1年生 工場見学 牛乳 鮭とほうれん草の クリームスパゲティ チキンサラダ ジャーマンスープ
856	31.7	815	40.4	840
35.3	840	35.3	781	33.2
838	44.2	19	20	21
敬老の日	牛乳 オムライス ココロサラダ 野菜スープ	牛乳 野菜たっぷり ラーメン 揚げ餃子 フルーツ杏仁	牛乳 ごはん 和風ハンバーグ きのこのバターソテー みそ汁 おはぎ	秋分の日
	844	32.0	872	39.9
	850	36.2	22	23
牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜の煮びたし みそ汁 果物(梨)	牛乳 ごはん チキンのトマト煮 マカロニサラダ 枝豆のポタージュ	牛乳 ごはん アジの唐揚げ なすと厚揚げのみそ炒め けんちん汁	牛乳 上海風焼きそば 彩の国肉まん 卵スープ	ジョア トマトライス クリームソース掛け 海藻ツナサラダ 肉団子のスープ
811	34.9	882	37.8	821
42.2	817	38.3	805	31.5
エネルギー たんぱく質	エネルギー たんぱく質	エネルギー たんぱく質	エネルギー たんぱく質	エネルギー たんぱく質

※食材の発注等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。