

令和2年7月

大阪府定時制高校給食献立表

通常献立

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|--|---|--|
|  |  | <p>1</p> <p>にく 肉じゃが はるま 春巻き はるまめ 春雨とささみの中華和え アスパラとコーンのソテー</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 807kcal</p> | <p>2</p> <p>しろみぎかな 白身魚フライ もやしと人參のソテー マカロニのペロンチーノ こまつな 小松菜とえのきの和え物 チーズ ソースパック</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 735kcal</p> | <p>3</p> <p>ぶたにく 豚肉のバーベキュー炒め フライドポテト ほうれん草と白菜の和え物 オクラの梅和え ふりかけ</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 788kcal</p> |
| <p>6</p> <p>あじ たつた あ 鱈の竜田揚げ キャベツソテー きりぼしだいこん 干し大根の煮物 もやしとわかめのナムル こんにゃくの甘辛煮</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 690kcal</p> <p>13</p> | <p>7</p> <p>ぎゅうにく 牛肉炒め 星のコロッケ こまつな あ 小松菜と揚げの和え物 アスパラのゴマ和え</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 720kcal</p> <p>14</p> | <p>8</p> <p>ぶた にいた 豚ニラ炒め ほうれん草とベーコンのソテー はくさい 白菜としめじのお浸し とりわかめふりかけ</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 727kcal</p> <p>15</p> | <p>9</p> <p>てりや 照焼きチキン ブロッコリーの和え物 キャベツとコーンのカレーソテー さつま芋の甘煮 いんげんの和え物</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 745kcal</p> <p>16</p> | <p>10</p> <p>キャベツメンチカツ ほうれん草と人參のお浸し ひじき煮 はくさい 白菜とささみの炒め物 ピーマンとしめじの塩こぶ和え ふりかけ ソースパック</p> <p>牛乳 ごはん</p> <p>エネルギー 681kcal</p> <p>17</p> |
| <p>か き こ う き</p> <h1>夏季考査</h1> | | | | |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| <p>たん し ゅ く じ ゅ ぎ ょ う</p> <h1>短縮授業</h1> | | |  |  |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|  <p>たん し ゅ く じ ゅ ぎ ょ う</p> <h1>短縮授業</h1> | | | | |

※献立は交通事情や購入、天候その他の都合で変更することがあります。ご了承ください。