





令和4年4月献立表

山梨県立甲府工業高校

月	火	水	木	金
				1日
	<p>ご入学・ご進学おめでとうございます。</p> <p>新しい環境での生活に、期待と不安でいっぱいだと思います。疲れがたまる時期でもあるのでバランスの良い食事を心がけ、体調には十分気を付けてください。</p>		<p>安心・安全で、皆さんが楽しみになるような給食提供に努めます。</p> <p>よろしくお願いします。</p> 	
4日	5日	6日	7日	8日
<p>食堂でのルール</p> <ul style="list-style-type: none"> 給食時間は17時～17時50分です。 4月から牛乳は、びんからパックに代わります。飲み終わった牛乳パックの片づけにご協力をお願いします。 			<p>カレー ポイルサラダ 牛乳</p> <p>入学式</p> 	
			<p>カレー ポイルサラダ 牛乳</p> <p>1人当り 870 kcal たんぱく質 26.4 g 脂質 29.2 g 食塩相当量 2.9 g</p>	
11日	12日	13日	14日	15日
<p>たけのご飯 鶏の唐揚げ 小松菜のごま和え すまし汁(かまぼこ・みつば・麩) 牛乳</p> <p>1人当り 811 kcal たんぱく質 35.8 g 脂質 32.6 g 食塩相当量 3.2 g</p>	<p>みそらーめん 肉餃子 牛乳</p> <p>1人当り 864 kcal たんぱく質 34.9 g 脂質 24.2 g 食塩相当量 3.8 g</p>	<p>ご飯 さわらの西京焼き 野菜いため みそ汁(わかめ・豆腐) 牛乳</p> <p>1人当り 845 kcal たんぱく質 37.2 g 脂質 31.0 g 食塩相当量 2.9 g</p>	<p>ご飯 厚揚げと豚肉のオイスター炒め きやべつのおかか和え すまし汁(はんぺん・ねぎ) 牛乳</p> <p>1人当り 831 kcal たんぱく質 29.6 g 脂質 32.3 g 食塩相当量 2.4 g</p>	<p>はちみつパン いちご&マーガリン ハムカツ ブロッコリーのごまマヨ和え オニオンスープ 牛乳</p> <p>1人当り 802 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 31.8 g 食塩相当量 2.8 g</p>
18日	19日	20日	21日	22日
<p>ご飯 ハヤシライス 春キャベツのサラダ 牛乳</p> <p>1人当り 811 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 26.5 g 食塩相当量 3.9 g</p>	<p>きつねうどん 牛肉コロッケ 牛乳</p> <p>1人当り 811 kcal たんぱく質 32.0 g 脂質 28.5 g 食塩相当量 3.3 g</p>	<p>ご飯 八宝菜 春雨サラダ コンソメスープ(玉ねぎ・ウインナー) 牛乳</p> <p>1人当り 845 kcal たんぱく質 28.8 g 脂質 26.2 g 食塩相当量 3.3 g</p>	<p>ご飯 あじフライ 切り干し大根の煮物 みそ汁(えのき・油揚げ) 牛乳</p> <p>1人当り 863 kcal たんぱく質 34.0 g 脂質 27.2 g 食塩相当量 2.6 g</p>	<p>ミルクパン 野菜ソテー マカロニサラダ ワックス 牛乳</p> <p>1人当り 809 kcal たんぱく質 27.3 g 脂質 32.3 g 食塩相当量 2.7 g</p>
25日	26日	27日	28日	29日
<p>わかめご飯 鶏の照り焼き 菜の花のお浸し 豚汁 牛乳</p> <p>1人当り 808 kcal たんぱく質 37.5 g 脂質 29.4 g 食塩相当量 3.1 g</p>	<p>タンメン フランクフルト 牛乳</p> <p>1人当り 821 kcal たんぱく質 31.7 g 脂質 31.9 g 食塩相当量 2.9 g</p>	<p>ご飯 豚肉のキムチ炒め もやしのナムル すまし汁(豆腐・みつば) 牛乳</p> <p>1人当り 824 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 32.4 g 食塩相当量 2.3 g</p>	<p>創立記念日</p>	<p>昭和の日</p>