

[令和6年 5月 献立表]

山梨県立甲府工業高校

月	火	水 1日	木 2日 八十八夜	金 3日
	<p>「八十八夜」について 晩春から初夏にかけての時期、立春の日から数えて八十八日目のことをさします。5月2日にあたります。八十八夜に摘んだ新茶は縁起物とされています。</p>	<p>回鍋肉丼 マカロニツナサラダ 中華スープ（にら・糸かま） 牛乳</p>	<p>ご飯 鮭のマヨチーズ焼き カリフラワーの酢の物 けんちん汁 牛乳 抹茶ゼリー</p>	<p>憲法記念日</p> 
		<p>エネルギー 807 kcal たんぱく質 28.7 g 脂質 25.3 g 食塩相当量 2.9 g</p>	<p>エネルギー 829 kcal たんぱく質 34.6 g 脂質 25.2 g 食塩相当量 2.4 g</p>	
6日	7日	8日	9日	10日
<p>振替休日</p> 	<p>山菜うどん れんこんの挟み揚げ 牛乳 ご飯（小盛）</p>	<p>ゆかりご飯 かつおカツ きんぴらごぼう なめこのみそ汁 牛乳</p>	<p>チキンカレー アスパラサラダ 牛乳</p>	<p>黒糖パン ロールキャベツとつくねの煮込み ブロッコリーとビーンズサラダ コーンスープ 牛乳</p>
	<p>エネルギー 885 kcal たんぱく質 36.0 g 脂質 21.7 g 食塩相当量 2.8 g</p>	<p>エネルギー 824 kcal たんぱく質 29.9 g 脂質 31.5 g 食塩相当量 3.2 g</p>	<p>エネルギー 816 kcal たんぱく質 28.0 g 脂質 26.2 g 食塩相当量 3.5 g</p>	<p>エネルギー 767 kcal たんぱく質 36.8 g 脂質 32.6 g 食塩相当量 3.1 g</p>
13日	14日	15日	16日	17日
<p>ご飯 豚肉しょうが焼き 海藻サラダ すまし汁（かまぼこ・みつば・麩） 牛乳</p>	<p>コッペパン 野菜やきそば 野菜ナゲット 卵スープ 牛乳</p>	<p>ご飯 すき焼き煮 きやべつの塩昆布和え みそ汁（小松菜、油揚げ、人参） 牛乳</p>	<p>中華丼 ささみときゅうりのサラダ チンゲン菜のスープ 牛乳 アセロラゼリー</p>	<p>ご飯 あじメンチフライ じゃが芋のそぼろ煮 すいとん 牛乳</p>
<p>エネルギー 841 kcal たんぱく質 34.3 g 脂質 31.2 g 食塩相当量 2.6 g</p>	<p>エネルギー 813 kcal たんぱく質 29.0 g 脂質 32.8 g 食塩相当量 3.6 g</p>	<p>エネルギー 777 kcal たんぱく質 33.1 g 脂質 26.0 g 食塩相当量 2.7 g</p>	<p>エネルギー 792 kcal たんぱく質 31.0 g 脂質 21.6 g 食塩相当量 1.6 g</p>	<p>エネルギー 831 kcal たんぱく質 31.8 g 脂質 27.7 g 食塩相当量 2.2 g</p>
20日	21日	22日	23日	24日
<p>ご飯 鶏の照り焼き 高野豆腐の卵とじ みそ汁（大根、油揚げ） 牛乳</p>	<p>カレーうどん しゅうまい 牛乳 ご飯（小盛）</p>	<p>チャーハン 揚げぎょうざ ゆでブロッコリー わかめスープ 牛乳</p>	<p>ご飯 ほっけの塩焼き 大根と厚揚げの煮物 すまし汁（はんぺんねぎ） 牛乳</p>	<p>キャロットパン チーズハンバーグ マカロニソテー オニオンスープ 牛乳</p>
<p>エネルギー 835 kcal たんぱく質 41.7 g 脂質 27.1 g 食塩相当量 2.9 g</p>	<p>エネルギー 846 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 29.6 g 食塩相当量 3.0 g</p>	<p>エネルギー 799 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 24.1 g 食塩相当量 3.1 g</p>	<p>エネルギー 762 kcal たんぱく質 38.9 g 脂質 17.9 g 食塩相当量 2.8 g</p>	<p>エネルギー 801 kcal たんぱく質 37.5 g 脂質 31.3 g 食塩相当量 3.1 g</p>
27日	28日	29日	30日	31日
<p>ハヤシライス ポイルサラダ 牛乳</p>	<p>タンメン 焼き餃子 牛乳 ご飯（小盛）</p>	<p>ご飯 きびなごフライ ひじきと里芋の煮物 みそ汁（しめじ油揚げ） 牛乳</p>	<p>ご飯 豚肉のキムチ炒め 小松菜のナムル わかめスープ 牛乳</p>	<p>はちみつパン チキンと青菜のグラタン コーンサラダ トマトスープ 牛乳</p>
<p>エネルギー 779 kcal たんぱく質 23.6 g 脂質 24.7 g 食塩相当量 3.4 g</p>	<p>エネルギー 866 kcal たんぱく質 31.5 g 脂質 27.7 g 食塩相当量 3.3 g</p>	<p>エネルギー 804 kcal たんぱく質 36.1 g 脂質 27.3 g 食塩相当量 2.2 g</p>	<p>エネルギー 808 kcal たんぱく質 28.6 g 脂質 30.3 g 食塩相当量 3.2 g</p>	<p>エネルギー 773 kcal たんぱく質 33.7 g 脂質 31.1 g 食塩相当量 3.2 g</p>