

横浜市立南高等学校 様 食堂 2月 献立

i&i FoodCommunity株式会社
調理師 今井 俊一

曜日	月				火				水				木				金			
									2月1日				2月2日				2月3日			
									マグロタタキ丼 コロッケ付				お休み				お休み			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
									747	298	14.9	3.1								
	2月6日				2月7日				2月8日				2月9日				2月10日			
	お休み				お休み				豚キムチ丼 & ミニサラダ付き				鶏の唐揚げ丼				麻婆豆腐丼 揚げ餃子付			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	922	31.6	31.8	4.1	797	32.8	22.4	2.5	788	253	209	4.1	797	32.8	22.4	2.5	789	26.3	21.5	3.9
	2月13日				2月14日				2月15日				2月16日				2月17日			
	お休み				お休み				お休み				お休み				鶏の唐揚げ丼			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	789	26.3	21.5	3.9	1021	33.4	336.4	3.1	747	298	14.9	3.1	797	32.8	22.4	2.5	797	32.8	22.4	2.5
	2月20日				2月21日				2月22日				2月23日				2月24日			
	ミックフライ 海老・コロッケ・白身魚				焼きそば& 揚げたこ焼き				サーモントタキ丼 & ミートコロッケ				お休み				鶏の唐揚げ丼			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	899	20.9	28.2	2.6	821	209	23.5	3.7	692	318	19.5	2.3	797	32.8	22.4	2.5	797	32.8	22.4	2.5
	2月27日				2月28日															
	豚丼 ミニサラダ付き				お休み															
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	788	253	209	4.1	821	209	23.5	3.7												

A 定食

お弁当・調理パンを前売り限定で下記メニューを販売しております。

お弁当
パン

本日の日替定食丼	焼肉丼	カツカレー丼	鶏そぼろ丼	かつ丼	ロコモコ丼	サラダ丼&調理パン
ウィンナー	フィッシュ	メンチカツ	コロッケ	ハムカツ	ポテトサラダ	