

戸塚高校(定時制)

# 8月献立表

mon月

tue火

wed水

thu木

fri金

28					29					30					31														
厚揚げと豚肉のみそ炒め イカのカレー揚げ ほうれん草のサラダ いんげんのごま和え 手作りふりかけ(おかか) ご飯・牛乳					中華ハンバーグ(野菜あんかけ) ブロッコリー・ゆで卵 切り干し大根煮 ポテトサラダ・パイン缶 ご飯・牛乳					白身魚フライ 鶏肉のガーリックペッパー焼き じゃこ入り金平ごぼう 春雨サラダ・オクラのゆかり和え ご飯・牛乳					チリコンカーン 花野菜サラダ チキンナゲット 小松菜のソテー・チーズ ご飯・牛乳														
エネルギー	870	kcal	蛋白質	33.9	g	エネルギー	902	kcal	蛋白質	32.6	g	エネルギー	896	kcal	蛋白質	33.8	g	エネルギー	884	kcal	蛋白質	32.9	g	エネルギー		kcal	蛋白質		g
脂質	28.4	g	塩分	2.3	g	脂質	27.9	g	塩分	2.4	g	脂質	28.7	g	塩分	2.2	g	脂質	29.2	g	塩分	2.6	g	脂質		g	塩分		g

調整には万全を期しておりますが、材料の購入上多少の変更はご了承願います。  
 ご飯に使用しているお米は国産米となっております。  
 お問い合わせは栄養士 小山内まで。

大和市深見西4-2-20  
 株式会社 安田物産  
 クッキングセンター大和工場  
 TEL 046-261-7255

