



令和4年12月 献立表



令和4年度
五日市高等学校

月	火	水	木	金	
11月28日	11月29日	11月30日	1日	2日	予約・変更締切
牛乳 親子丼 みそ汁 きのこのおろし和え りんご 762kcal	牛乳 麦ご飯 中華風コーンスープ 蒸しシュウマイ キャベツとわかめの中華サラダ 杏仁豆腐 845kcal	牛乳 クリームスパゲティ みそドレッシングサラダ 栗チョコマフィン 909kcal	牛乳 ピラフ ポトフ スパイシーごぼう フルーツミックス 726kcal	牛乳 中華丼 ニラたまスープ 春雨サラダ りんご 776kcal	この週の 予約・変更締切日は 11/18(金) です。
5日	6日	7日	8日	9日	
牛乳 じゃこ茶飯 おでん しそドレッシング和え 紅まどんな 735kcal	牛乳 麦ご飯 鶏ごぼう汁 さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 ミルクゼリー 832kcal	牛乳 沖縄そば 山吹あえ ちんすこう 775kcal	牛乳 麦ご飯 サンラータン ヤンニョムチキン 花野菜のごましょうゆ和え 杏仁豆腐 787kcal	牛乳 ひじきご飯 みそ汁 卵焼きあんかけ ほうれん草ともやしのおいそ和え りんご 759kcal	この週の 予約・変更締切日は 11/25(金) です。
12日	13日	14日	15日	16日	
牛乳 カレーライス ごぼうサラダ 抹茶豆乳ゼリー 836kcal	牛乳 ほうとう 高野豆腐のごま和え スイートポテト 760kcal	牛乳 まいたけご飯 みそ汁 鮭のマスタード焼き 白菜の香味和え オレンジゼリー 738kcal	牛乳 どんどろけ飯 すまし汁 蓮根のはさみ揚げ 小松菜としらすのごま和え りんご 828kcal	牛乳 麦ご飯 中華風コーンスープ 西湖豆腐 わかめサラダ 紅まどんな 766kcal	この週の 予約・変更締切日は 12/2(金) です。
19日	20日	21日	22日	23日	
牛乳 麦ご飯 すまし汁 いわしのさんが焼き 青菜のごま和え フルーツヨーグルト 745kcal	牛乳 ハンバーガー 枝豆のホワイトシチュー ハニーサラダ 紅まどんな 880kcal	牛乳 牛丼 みそ汁 ひじきと大豆の和風サラダ りんご 877kcal	牛乳 麦ご飯 みそ汁 さわらの柚庵焼き ねぎとしいたけの炒め物 かぼちゃの煮物 729kcal	終業式 	この週の 予約・変更締切日は 12/9(金) です。

※食材等の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。