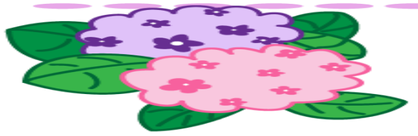

令和５年6月分定時制Ⅲ部学校給食献立表

福岡県立博多青松高校

食育デー　19日

日	曜		献立名								アレルギー成分
		Cal	主食	主菜	副菜	副菜2	添え物	汁物	果物・デザート	牛乳	
1	木	969	麦ご飯	赤魚の唐揚げねぎ醤油かけ	小松菜とベーコンの炒め物		マカロニサラダ	モロヘイヤスープ		牛乳	小麦,卵,乳,ごま,大豆,鶏肉,豚肉
2	金	842	ご飯	鶏肉と厚揚げのうま煮	きゅうりの酢の物		パインアップル	えのき茸とかまぼこのすまし汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,ごま,大豆,鶏肉,豚肉
5	月	909	麦ご飯	チキンのトマト煮	スナップえんどうのソテー	粉ふきいも		キャベツと卵のスープ		牛乳	小麦,卵,乳,大豆,鶏肉,豚肉
7	水	874	麦ご飯	さばのソース煮	小松菜ともやしのごま和え			あさりとえのき茸のみそ汁	すいか	牛乳	えび,かに,小麦,乳,いか,ごま,さば,大豆,りんご
8	木	968	ご飯	回鍋肉	茎わかめの中華サラダ		中華ポテト	えび団子入り中華スープ		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,牛肉,くるみ,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,*りんご,ゼラチン,アーモンド
9	金	844	麦ご飯	高野豆腐と野菜の煮物	梅おかかサラダ			麩のすまし汁	びわ	牛乳	えび,*かに,小麦,卵,乳,大豆,鶏肉
12	月	805	ご飯	さわらのみりん焼き	じゃがいもの土佐煮	キャベツのピーナッツ和え		豆腐と玉ねぎのみそ汁		牛乳	えび,かに,小麦,乳,落花生（ピーナッツ）,カシューナッツ,くるみ,大豆,アーモンド
13	火	890	麦ご飯	麻婆春雨	切干大根の中華和え		揚げ餃子	わかめスープ	フルーツ杏仁	牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,牛肉,くるみ,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,もも,りんご,ゼラチン,アーモンド
14	水	956	ご飯	厚揚げのそぼろ煮	アスパラのごま酢和え		**エビカツ**	なすのみそ汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,ごま,大豆,鶏肉
15	木	903	ポークカレー（麦ご飯）		ハムとキャベツのサラダ				フルーツミックス	牛乳	小麦,卵,乳,牛肉,大豆,鶏肉,豚肉,もも,ゼラチン
16	金	861	ご飯	あじの生姜煮	ブロッコリーのおかか和え	茎わかめの炒め煮		豚汁		牛乳	えび,*かに,小麦,乳,*いか,大豆,豚肉
19	月	899	ご飯	いか天ぷら	ひじきと野菜の和え物	納豆	茄子の塩もみ	沢煮椀		牛乳	えび,かに,小麦,乳,あわび,いか,いくら,牛肉,くるみ,ごま,さけ,さば,大豆,鶏肉,豚肉,りんご,ゼラチン,アーモンド
20	火	866	ご飯	肉じゃが	いかと野菜の昆布和え			豆腐のすまし汁	キウイフルーツ	牛乳	えび,*かに,小麦,乳,いか,キウイフルーツ,大豆,豚肉
22	木	855	ジャージャー麺		肉野菜炒め	ひじきとツナのサラダ			ヨーグルト	牛乳	小麦,卵,乳,ごま,大豆,豚肉,もも,りんご,ゼラチン
23	金	846	麦ご飯	ししゃものカレー揚げ	ゴーヤチャンプルー			もずく汁	パイナップル	牛乳	小麦,卵,乳,大豆,豚肉
26	月	970	ご飯	ポークソテー	キャロットサラダ		**ポテトサラダ**	ミネストローネ		牛乳	小麦,卵,乳,カシューナッツ,くるみ,大豆,鶏肉,豚肉,りんご,アーモンド
27	火	865	麦ご飯	白身魚フライ	じゃがいもと大豆のキムチ煮		味付け海苔	はんぺんのすまし汁		牛乳	小麦,乳,さば,大豆,豚肉,りんご
28	水	860	ご飯	えびと野菜のチリソース	海藻サラダ	スナップえんどう		うずら卵の中華スープ	アセロラゼリー	牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,牛肉,くるみ,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,りんご,ゼラチン,アーモンド
29	木	859	麦ご飯	鮭の塩焼き	筑前煮	納豆	胡瓜の浅漬け	しめじのみそ汁		牛乳	えび,かに,小麦,乳,さけ,大豆,鶏肉
30	金	868	ご飯	ハンバーグのトマトソースかけ	いんげんのソテー			コーンクリームスープ	オレンジ	牛乳	小麦,卵,乳,オレンジ,牛肉,大豆,鶏肉,豚肉,りんご