



2024年



給食献立表



北海道北見北斗高等学校校定時制

※牛乳は、毎回つきます※
カロリー（タンパク

※画像はイメージです。

月

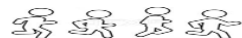
火

水

木

金

強行遠足に向けて



体育でマラソンの練習が本格的になる月です。タンパク質はからだをつくり、筋力アップの基礎となります。タンパク質の食品といえば、肉、魚、牛乳、豆腐などです。毎日の給食でタンパク質をとろう！！

2 振替休日



3 922Kcal (32.1g)

ハヤシライス
コールスローサラダ
みかんコンポート



4 741Kcal (49.1g)

米飯
卵スープ
よだれ鶏
ほうれん草の浸し



5 933Kcal (36.8g)

塩ラーメン
お好み焼き串



6 943Kcal (35.9g)

米飯
玉葱の味噌汁
鮭フライ
ブロッコリーのごまドレ



9 799Kcal (40.3g)

米飯
豆腐の味噌汁
和風タンダーチキン
かぼちゃサラダ



10 966Kcal (37.0g)

ロコモコ丼
豆腐スープ
スライスパイン



11 907Kcal (35.2g)

八宝菜のせ中華丼
わかめスープ
焼売



12 894Kcal (35.9g)

カレーうどん
焼きおにぎり
チキンナゲット



13 817Kcal (36.1g)

焼肉丼
大根の味噌汁
キャベツの塩昆布和え



16 敬老の日



17 1002Kcal (30.5g)

米飯
わかめの味噌汁
メンチカツ
切干大根の中華炒め



18 975Kcal (32.6g)

オムライス
キャベツスープ
塩バナナクリームワッフル



19 985Kcal (35.0g)

ナポリタン
きのこスープ
クロワッサン



20 808Kcal (33.0g)

米飯
キャベツの味噌汁
白身魚の香草パン粉焼き
マカロニサラダ



23 秋分の日



24 939Kcal (44.4g)

米飯
白菜の味噌汁
鯖塩麹焼き
肉じゃが



25 917Kcal (37.7g)

米飯
大根スープ
ハンバーグ
ポテトサラダ



26 870Kcal (33.4g)

醤油ラーメン
果物(バナナ)



27 915Kcal (38.4g)

五目ご飯
かぼちゃ団子味噌汁
厚焼き卵

