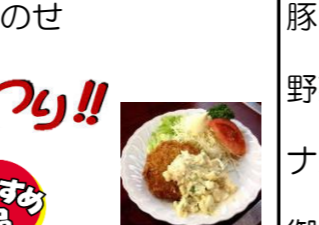



藤島高校学生食堂 週間献立表

	1/30 MON	1/31 TUE	2/1 WED	2/2 THU	2/3 FRI
藤島ランチ	お得ランチ がっつりメインで満腹!!	お得ランチ がっつりメインで満腹!!	お得ランチ がっつりメインで満腹!!	お得ランチ がっつりメインで満腹!!	お得ランチ がっつりメインで満腹!!
	チキンカツ&焼きうどん チキンカツ 焼きうどん 野菜サラダ 御飯・味噌汁	メンチカツ タルタルのせ メンチカツタルタルのせ 野菜サラダ スパケチャ 御飯・味噌汁	豚ロース2色天 豚ロース2色天 野菜サラダ、オレンジ ナムル和え 御飯・味噌汁	ポテトin牛焼肉 牛焼肉 野菜サラダ、肉コロッケ マカロニサラダ 御飯・味噌汁	チキンタルタル南蛮 チキンタルタル南蛮 野菜サラダ、春雨サラダ さつまいものレモン煮 御飯・味噌汁
					
	※写真はイメージです	※写真はイメージです	※写真はイメージです	※写真はイメージです	※写真はイメージです
ランチ450円	927 kcal 脂質 27.2 g 食塩相当量 3.5 g	1231 kcal 脂質 53.4 g 食塩相当量 2.8 g	712 kcal 脂質 22.2 g 食塩相当量 2.16 g	952 kcal 脂質 37.9 g 食塩相当量 2.6 g	1202 kcal 脂質 56.1 g 食塩相当量 3.3 g
ミニ(S)400円	759 kcal 脂質 26.9 g 食塩相当量 3.5 g	1063 kcal 脂質 53.1 g 食塩相当量 2.8 g	544 kcal 脂質 21.9 g 食塩相当量 2.16 g	784 kcal 脂質 37.6 g 食塩相当量 2.6 g	1034 kcal 脂質 55.8 g 食塩相当量 3.3 g
おかず340円	527 kcal 脂質 25.4 g 食塩相当量 3.2 g	831 kcal 脂質 51.6 g 食塩相当量 2.5 g	312 kcal 脂質 20.4 g 食塩相当量 1.86 g	552 kcal 脂質 36.1 g 食塩相当量 2.3 g	802 kcal 脂質 54.3 g 食塩相当量 3.0 g
日替わり	お楽しみメニュー 週替りでお楽しみメニューを提供	やっぱりこれだねDay 人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!	やっぱりこれだねDay 人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!	やっぱりこれだねDay 人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★	お楽しみメニュー 人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★
	豚キムチ丼 味噌汁	照り焼きチキン丼 味噌汁	牛丼 味噌汁	玉子とじ鶏唐丼 味噌汁	ネギ塩豚丼 味噌汁
					
	※写真はイメージです	※写真はイメージです	※写真はイメージです	※写真はイメージです	※写真はイメージです
大盛550円	744 kcal 脂質 12.6 g 食塩相当量 3.5 g	999 kcal 脂質 30.4 g 食塩相当量 4.2 g	845 kcal 脂質 20.7 g 食塩相当量 4.3 g	1257 kcal 脂質 49.0 g 食塩相当量 7.1 g	859 kcal 脂質 22.6 g 食塩相当量 4.1 g
日替450円	620 kcal 脂質 10.5 g 食塩相当量 2.9 g	832 kcal 脂質 25.3 g 食塩相当量 3.5 g	704 kcal 脂質 17.3 g 食塩相当量 3.6 g	1048 kcal 脂質 40.8 g 食塩相当量 5.9 g	716 kcal 脂質 18.8 g 食塩相当量 3.4 g
ミニ(S)350円	kcal 脂質 g 食塩相当量 g	666 kcal 脂質 20.2 g 食塩相当量 2.8 g	563 kcal 脂質 13.8 g 食塩相当量 2.9 g	838 kcal 脂質 32.7 g 食塩相当量 4.7 g	573 kcal 脂質 15.0 g 食塩相当量 2.7 g
カレー	カレーライス350円 大盛り450円				
うどん	うどん260円 きつねうどん290円 カレーうどん300円				
そば	そば270円 きつねそば300円				
ラーメン 各種320円	醤油	塩	味噌	醤油	塩

皆様のご利用、心よりお待ちしております。 食堂スタッフ一同

藤島高校学生食堂 週間献立表

	2/6 MON	2/7 TUE	2/8 WED	2/9 THU	2/10 FRI	
藤島ランチ	<p>お得ランチ がっつりメインで満腹!!</p> <p>鶏唐おろしポン酢</p> <p>鶏唐おろしポン酢 野菜サラダ、スパケチャ かに玉 御飯・味噌汁</p> <p>おすすめ品 ※写真はイメージです</p>	<p>お得ランチ がっつりメインで満腹!!</p> <p>鶏竜田揚げ ネギソース</p> <p>鶏の竜田揚げ 野菜サラダ、焼売2ヶ がっつり!! いんげんのゴマ和え おすすめ品 御飯・味噌汁</p> <p>おすすめ品 ※写真はイメージです</p>	<p>お得ランチ がっつりメインで満腹!!</p> <p>チーズハンバーグ</p> <p>チーズハンバーグ 野菜サラダ、白身フライ マカロニサラダ おすすめ品 御飯・味噌汁</p> <p>おすすめ品 ※写真はイメージです</p>	<p>お得ランチ がっつりメインで満腹!!</p> <p>おろしポン酢とんかつ</p> <p>おろしポン酢とんかつ 野菜サラダ、スパサラダ がっつり!! ピーマン天、ちくわ天 おすすめ品 御飯・味噌汁</p> <p>おすすめ品 ※写真はイメージです</p>	<p>お得ランチ あったかメインで満腹!!</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>ビーフシチュー 野菜サラダ、カレーコロケ おすすめ品 御飯 味噌汁はつきません!! おすすめ品 ※写真はイメージです</p>	
	ランチ450円	935 kcal 脂質 34.0 g 食塩相当量 3.9 g	902 kcal 脂質 37.5 g 食塩相当量 3.0 g	1057 kcal 脂質 43.2 g 食塩相当量 3.4 g	900 kcal 脂質 35.8 g 食塩相当量 2.8 g	908 kcal 脂質 35.8 g 食塩相当量 3.0 g
	ミニ(S)400円	767 kcal 脂質 33.7 g 食塩相当量 3.9 g	734 kcal 脂質 37.2 g 食塩相当量 3.0 g	889 kcal 脂質 42.9 g 食塩相当量 3.4 g	732 kcal 脂質 35.5 g 食塩相当量 2.8 g	740 kcal 脂質 35.5 g 食塩相当量 3.0 g
	おかず340円	535 kcal 脂質 32.2 g 食塩相当量 3.6 g	502 kcal 脂質 35.7 g 食塩相当量 2.7 g	657 kcal 脂質 41.4 g 食塩相当量 3.1 g	500 kcal 脂質 34.0 g 食塩相当量 2.5 g	kcal 脂質 g 食塩相当量 g
日替わり	<p>お楽しみメニュー 人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!</p> <p>プルコギポーク丼</p> <p>味噌汁 大好評 がっつり!! ※写真はイメージです</p>	<p>お楽しみメニュー 週替りでお楽しみメニューを提供</p> <p>3色そばろ丼</p> <p>味噌汁 がっつり!! 大好評 ※写真はイメージです</p>	<p>お楽しみメニュー 人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!</p> <p>オムカレー</p> <p>味噌汁 大好評 がっつり!! ※写真はイメージです</p>	<p>やっぱりこれだねDay 人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!</p> <p>マーボー春雨丼</p> <p>味噌汁 がっつり!! 大好評 ※写真はイメージです</p>	<p>やっぱりこれだねDay 人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★</p> <p>鶏唐丼</p> <p>味噌汁 がっつり!! 大好評 ※写真はイメージです</p>	
	大盛550円	770 kcal 脂質 12.9 g 食塩相当量 3.2 g	867 kcal 脂質 24.3 g 食塩相当量 3.6 g	1008 kcal 脂質 30.9 g 食塩相当量 7.2 g	815 kcal 脂質 16.0 g 食塩相当量 4.0 g	1263 kcal 脂質 52.8 g 食塩相当量 5.2 g
	日替450円	642 kcal 脂質 10.8 g 食塩相当量 2.7 g	723 kcal 脂質 20.2 g 食塩相当量 3.0 g	840 kcal 脂質 25.8 g 食塩相当量 6.0 g	679 kcal 脂質 13.4 g 食塩相当量 3.4 g	1053 kcal 脂質 44.0 g 食塩相当量 4.3 g
	ミニ(S)350円	514 kcal 脂質 8.6 g 食塩相当量 2.2 g	578 kcal 脂質 16.2 g 食塩相当量 2.4 g	672 kcal 脂質 20.6 g 食塩相当量 4.8 g	544 kcal 脂質 10.7 g 食塩相当量 2.7 g	842 kcal 脂質 35.2 g 食塩相当量 3.4 g
カレー	カレーライス350円 大盛り450円					
うどん	うどん260円 きつねうどん290円 カレーうどん300円					
そば	そば270円 きつねそば300円					
ラーメン 各種320円	醤油	塩	味噌	醤油	塩	

皆様のご利用、心よりお待ちしております。 食堂スタッフ一同

藤島高校学生食堂 週間献立表

2/14(火)~20(月)
22(水)は食堂お休みです

	2/13 MON		2/21 TUE		2/24 FRI	
藤島ランチ	<p>お得ランチ がっつりメインで満腹!!</p> <p>ポークピカタ ポークピカタ 野菜サラダ、オレンジ ジャーマンポテト 御飯・味噌汁</p>  <p>※写真はイメージです</p>		<p>お得ランチ がっつりメインで満腹!!</p> <p>チーズとんかつ チーズとんかつ 野菜サラダ、茹で卵 ポテトサラダ 御飯・味噌汁</p>  <p>※写真はイメージです</p>		<p>お得ランチ あったかメインで満腹!!</p> <p>トマトソースハンバーグ トマトソースハンバーグ 野菜サラダ、目玉焼き 野菜コロッケ 御飯・味噌汁</p>  <p>※写真はイメージです</p>	
	ランチ450円	811 kcal 脂質 31.2 g 食塩相当量 1.9 g		883 kcal 脂質 37.0 g 食塩相当量 1.6 g		964 kcal 脂質 35.5 g 食塩相当量 2.8 g
	ミニ(S)400円	643 kcal 脂質 30.9 g 食塩相当量 1.9 g		715 kcal 脂質 36.7 g 食塩相当量 1.6 g		796 kcal 脂質 35.2 g 食塩相当量 2.8 g
	おかず340円	411 kcal 脂質 29.4 g 食塩相当量 1.6 g		483 kcal 脂質 35.2 g 食塩相当量 1.3 g		564 kcal 脂質 33.7 g 食塩相当量 2.5 g
日替わり	<p>お楽しみメニュー 人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★</p> <p>チキンタルタル南蛮丼 味噌汁</p>  <p>※写真はイメージです</p>	<p>14(火)~20日(月) まで食堂お休みです</p>	<p>お楽しみメニュー 人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!</p> <p>ビビンバ丼 味噌汁</p>  <p>※写真はイメージです</p>	<p>22日(水)~23(木)は 食堂お休みです</p>	<p>イベントメニュー 人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★</p> <p>ヤンニョムチキン丼 味噌汁</p>  <p>※写真はイメージです</p>	
	大盛550円		kcal 脂質 g 食塩相当量 g		820 kcal 脂質 19.2 g 食塩相当量 5.5 g	1355 kcal 脂質 62.0 g 食塩相当量 6.6 g
	日替450円		kcal 脂質 g 食塩相当量 g		683 kcal 脂質 16.0 g 食塩相当量 4.6 g	1129 kcal 脂質 51.7 g 食塩相当量 5.5 g
	ミニ(S)350円		kcal 脂質 g 食塩相当量 g		547 kcal 脂質 12.8 g 食塩相当量 3.7 g	903 kcal 脂質 41.3 g 食塩相当量 4.4 g
カレー	カレーライス350円 大盛り450円					
うどん	うどん260円 きつねうどん290円 カレーうどん300円					
そば	そば270円 きつねそば300円					
ラーメン 各種320円	醤油		塩		塩	