

















藤島高校学生食堂 週間献立表

	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)							
藤島ランチ	お得ランチ がっつりメインで満腹!!											
	チーズとんかつ		照りマヨハンバーグ		* 食堂お休みです *							
	チーズとんかつ 野菜サラダ、ゆで卵 マカロニサラダ 御飯・味噌汁 		照りマヨハンバーグ 野菜サラダ、ナムル和え カレーコロッケ 御飯・味噌汁 									
	エネルギー	脂質	食塩相当量	エネルギー		脂質	食塩相当量					
	ランチ450円	905kcal	41.4g	2.9g		905kcal	35.6g	4.8g				
ミニ(S) 400円	737kcal	41.1g	2.9g	737kcal		35.3g	4.8g					
おかず340円	505kcal	39.6g	1.3g	505kcal	33.8g	3.2g						
日替わり	やっぱりこれだねDay		お楽しみメニュー		やっぱりこれだねDay		やっぱりこれだねDay		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!!		週替りでお楽しみメニューを提供		人気メニューラインナップ☆ 学食といえばコレッ!!		人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★		人気メニューラインナップ☆ 食券購入はお早めに・・・★			
	牛しぐれ丼		チキンタルタル丼		* 食堂お休みです *							
	味噌汁 がっつり!! 大好評 		味噌汁 大好評 がっつり!! 									
	エネルギー	脂質	食塩相当量	エネルギー							脂質	食塩相当量
大盛550円	857kcal	31.0g	3.9g	1214kcal							58.7g	5.1g
日替450円	715kcal	25.8g	3.3g	1011kcal							49.0g	4.3g
ミニ(S) 350円	572kcal	20.6g	2.6g	809kcal	39.2g	3.4g						
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										

※季節により使用する食材によっては献立の内容を一部変更する場合があります
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

	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)
藤島ランチ	お得ランチ がっつりメインで満腹!!				
	手作りチキンカツ	ステーキソースハンバーグ	鶏竜田ネギソース	ビーフシチュー	食堂休みです
	手作りチキンカツ 野菜サラダ スパサラダ、かに玉 御飯・味噌汁	ステーキソースハンバーグ 野菜サラダ スパサラダ、ふかし芋 御飯・味噌汁	鶏竜田ネギソース 野菜サラダ、野菜コロッケ いんげんの胡麻和え 御飯・味噌汁	ビーフシチュー 野菜サラダ、カレーコロッケ 御飯 味噌汁はつきません!!	
	  ※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	
	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量
ランチ450円	1042kcal 49.4g 4.1g	942kcal 36.7g 4.2g	869kcal 36.4g 4.2g	783kcal 27.0g 3.0g	
ミニ(S) 400円	874kcal 49.1g 4.1g	774kcal 36.4g 4.2g	701kcal 36.1g 4.2g	615kcal 26.7g 3.0g	
おかず340円	642kcal 47.6g 2.5g	542kcal 34.9g 2.6g	469kcal 34.6g 2.6g		
日替わり	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!!	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!!	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・・・★
	麻婆春雨丼	おろし醤油カツ丼	メガ!!焼肉&玉子丼	鶏唐丼	食堂休みです
	味噌汁 がっつり!! 大好評	味噌汁 大好評 がっつり!!	味噌汁 がっつり!! 大好評	味噌汁 大好評 がっつり!!	
	 ※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	
	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量
大盛550円	791kcal 20.3g 4.0g	852kcal 26.3g 3.7g	1072kcal 42.4g 4.1g	1202kcal 53.7g 6.1g	
日替450円	659kcal 16.9g 3.3g	710kcal 21.9g 3.1g	893kcal 35.4g 3.4g	1001kcal 44.8g 5.0g	
ミニ(S) 350円	528kcal 13.5g 2.6g	568kcal 17.6g 2.5g	714kcal 28.3g 2.7g	801kcal 35.8g 4.0g	
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	

※季節により使用する食材によっては献立の内容を一部変更する場合があります
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

	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)
藤島ランチ	お得ランチ がっつりメインで満腹!!				
	チキンタルタル南蛮	肉団子酢豚風	味噌とんかつ	鶏唐チリソース	トマトソースハンバーグ
	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	肉団子酢豚風 野菜サラダ マカロニサラダ、肉コロッケ 御飯・味噌汁	味噌とんかつ 野菜サラダ、オレンジ マカロニサラダ 御飯・味噌汁	鶏唐チリソース 野菜サラダ スパサラダ、野菜コロッケ 御飯・味噌汁	トマトソースハンバーグ 野菜サラダ、ゆで卵 カレーコロッケ 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
	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量
ランチ450円	1172kcal 56.4g 4.6g	1017kcal 39.7g 4.5g	877kcal 36.1g 3.2g	1155kcal 55.9g 4.9g	826kcal 26.7g 3.4g
ミニ(S) 400円	1004kcal 56.1g 4.6g	849kcal 39.4g 4.5g	709kcal 35.8g 3.2g	987kcal 55.6g 4.9g	658kcal 26.4g 3.4g
おかず340円	772kcal 54.6g 3.0g	617kcal 37.9g 2.9g	477kcal 34.3g 1.6g	755kcal 54.1g 3.3g	426kcal 24.9g 1.8g
日替わり	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!!	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!!	イベントカレー 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	とり天丼	温玉ビビンバ丼	エスニック風肉味噌欧風カレー	ソースカツ丼
	味噌汁 がっつり!! 大好評	味噌汁 大好評 がっつり!!	味噌汁 がっつり!! 大好評	味噌汁 NEW がっつり!!	味噌汁 がっつり!! 大好評
	 ※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
	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量	エネルギー 脂質 食塩相当量
大盛550円	746kcal 17.9g 3.7g	1072kcal 42.7g 3.8g	993kcal 43.7g 4.8g	983kcal 29.1g 7.7g	930kcal 31.4g 13.9g
日替450円	622kcal 14.9g 3.1g	893kcal 35.6g 3.2g	828kcal 36.4g 4.0g	819kcal 24.2g 6.4g	775kcal 26.2g 11.6g
ミニ(S) 350円	497kcal 11.9g 2.4g	715kcal 28.4g 2.6g	662kcal 29.1g 3.2g	655kcal 19.4g 5.2g	620kcal 20.9g 9.3g
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	1日25食限定!!	背油とんこつラーメンフェア	 ※写真はイメージです	塩

※季節により使用する食材によっては献立の内容を一部変更する場合があります
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