# 藤島高校学生食堂　週間献立表

| | 2月5日(月) | | | 2月6日(火) | | | 2月7日(水) | | | 2月8日(木) | | | 2月9日(金) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 藤島ランチ | 生姜焼き | | | ホワイトシチュー | | | 鶏唐ピリ辛風味 | | | 豚ロース2色天 | | | 牛肉<br>オイスター炒め | | |
| | 生姜焼き<br>野菜サラダ<br>肉コロッケ<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | ホワイトシチュー<br>野菜サラダ、カレーコロッケ<br>御飯<br>味噌汁はつきません<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | 鶏唐ピリ辛風味<br>野菜サラダ、春巻<br>いんげんゴマ和え<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | 豚ロース2色天<br>野菜サラダ、オレンジ<br>ジャーマンポテト<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | 牛肉オイスター炒め<br>野菜サラダ、野菜コロッケ<br>マカロニサラダ<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※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 | 810kcal | 27.1g | 3.8g | 1308kcal | 30.8g | 6.3g | 894kcal | 37.5g | 4.3g | 791kcal | 30.6g | 2.8g | 878kcal | 37.7g | 3.7g |
| ミニ（S）400円 | 642kcal | 26.8g | 3.8g | 1140kcal | 30.5g | 6.3g | 726kcal | 37.2g | 4.3g | 623kcal | 30.3g | 2.8g | 710kcal | 37.4g | 3.7g |
| おかず340円 | 410kcal | 25.3g | 2.2g | 908kcal | 29.0g | 4.7g | 494kcal | 35.7g | 2.7g | 391kcal | 28.8g | 1.2g | 478kcal | 35.9g | 2.1g |
| 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 | | |
| | チキンタルタル丼 | | | 玉子とじカツ丼 | | | 牛しぐれ丼 | | | オムハヤシ | | | ソースチキンカツ丼 | | |
| | 味噌汁<br>がっつり!!<br>大好評 ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>大好評<br>がっつり!! ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>がっつり!!<br>大好評 ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>大好評<br>がっつり!! ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>がっつり!!<br>大好評 ※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 | 1214kcal | 58.7g | 5.1g | 959kcal | 32.5g | 4.9g | 853kcal | 31.0g | 3.9g | 1060kcal | 42.7g | 7.2g | 1087kcal | 44.2g | 5.4g |
| 日替450円 | 1011kcal | 49.0g | 4.3g | 799kcal | 27.1g | 4.1g | 711kcal | 25.8g | 3.3g | 883kcal | 35.6g | 6.0g | 906kcal | 36.8g | 4.5g |
| ミニ（S）350円 | 809kcal | 39.2g | 3.4g | 639kcal | 21.7g | 3.3g | 569kcal | 20.6g | 2.6g | 707kcal | 28.5g | 4.8g | 725kcal | 29.4g | 3.6g |
| 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<br>カレーうどん ３００円 | | | 海老天うどん　350円 ※写真はイメージです | | | | | | 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<br>320円 | 醤油 | | | 塩 | | | 味噌 | | | 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、心よりお待ちしています。　　食堂スタッフ一同**

# 藤島高校学生食堂　週間献立表

| | 2月12日(月) | | | 2月13日(火) | | | 2月14日(水) | | | 2月15日(木) | | | 2月16日(金) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 藤島ランチ | | | | ポテトin焼肉 | | | とんかつ BBQソース | | | 鶏の竜田揚げ ネギソース | | | ステーキソース ハンバーグ | | |
| | 振替休日 | | | ポテトin焼肉<br>野菜サラダ、肉コロッケ<br>スパサラダ<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | とんかつBBQソース<br>野菜サラダ、オレンジ<br>ポテトサラダ<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | 鶏の竜田揚げネギソース<br>野菜サラダ、野菜コロッケ<br>いんげんゴマ和え<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※写真はイメージです | | | ステーキソースハンバーグ<br>野菜サラダ、目玉焼き<br>ナムル和え<br>御飯・味噌汁<br>おすすめ品 ※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 | | | | 882kcal | 38.6g | 3.5g | 853kcal | 35.4g | 4.0g | 869kcal | 36.4g | 4.2g | 791kcal | 26.7g | 4.1g |
| ミニ（S）400円 | | | | 714kcal | 38.3g | 3.5g | 685kcal | 35.1g | 4.0g | 701kcal | 36.1g | 4.2g | 623kcal | 26.4g | 4.1g |
| おかず340円 | | | | 482kcal | 36.8g | 1.9g | 453kcal | 33.6g | 2.4g | 469kcal | 34.6g | 2.6g | 391kcal | 24.9g | 2.5g |
| 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 | | | お楽しみメニュー | | | お楽しみメニュー | | |
| | | | | とり天丼 | | | 焼肉＆玉子丼 | | | プルコギポーク丼 | | | 鶏唐丼 | | |
| | 振替休日 | | | 味噌汁<br>大好評 がっつり!! ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>がっつり!! 大好評 ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>大好評 がっつり!! ※写真はイメージです | | | 味噌汁<br>がっつり!! 大好評 ※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 | | | | 1068kcal | 42.7g | 3.8g | 971kcal | 42.1g | 4.1g | 772kcal | 18.2g | 3.2g | 1199kcal | 53.8g | 6.3g |
| 日替450円 | | | | 890kcal | 35.6g | 3.2g | 809kcal | 35.1g | 3.4g | 644kcal | 15.2g | 2.7g | 999kcal | 44.8g | 5.3g |
| ミニ（S）350円 | | | | 712kcal | 28.4g | 2.6g | 647kcal | 28.1g | 2.7g | 515kcal | 12.1g | 2.1g | 799kcal | 35.8g | 4.2g |
| 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 | | | | 塩 | | | 味噌 | | | 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、心よりお待ちしています。　　食堂スタッフ一同**