

# 横浜市立南高等学校 様 食堂 6月 献立

曜日	月				火				水				木				金			
									6月1日				6月2日				6月3日			
									お休み				お休み				お休み			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	e	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	6月6日				6月7日				6月8日				6月9日				6月10日			
	とんかつ				ミックフライ 海老・コロッケ・白身魚				焼肉丼 ミニサラダ付き				鶏の唐揚げ丼				クリームチキンシチュー & フィッシュフライ			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	893	21.9	27.8	2.7	899	20.9	28.2	2.6	922	31.6	31.8	4.1	797	32.8	22.4	2.5	714	18.3	24.3	4.0
	6月13日				6月14日				6月15日				6月16日				6月17日			
	豚キムチ丼 ミニサラダ付				鶏の唐揚げ 甘酢あんかけ				ハヤシライス コロッケ付				鶏の唐揚げ丼				麻婆豆腐丼 揚げ餃子付			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	790	29.8	25.7	2.1	846	32.8	26.5	3.3	797	32.8	22.4	2.5	797	32.8	22.4	2.5	789	26.3	21.5	3.9
	6月20日				6月21日				6月22日				6月23日				6月24日			
	三色丼&ハムカツ (鶏そぼろ・卵・でんぶ)				チキンステーキ スイートチリソース				チーズインハンバーグ& 海老フライ				鶏の唐揚げ丼				豚丼 ミニサラダ付き			
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	768	29.1	11.4	3.2	1075	36.6	49.1	3.4	820	26.8	24.3	6.5	797	32.8	22.4	2.5	788	25.3	20.9	4.1
	6月27日				6月28日				6月29日				6月30日							
	カニカマと野菜 天丼				お休み				お休み				お休み							
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
	763	29.3	28.1	3.5																

A  
定  
食

お弁当・調理パンを前売り限定で下記メニューを販売しております。

お  
弁  
当  
パ  
ン

- |          |       |        |       |      |        |           |
|----------|-------|--------|-------|------|--------|-----------|
| 本日の日替定食丼 | 焼肉丼   | カツカレー丼 | 鶏そぼろ丼 | かつ丼  | ロコモコ丼  | サラダ丼&調理パン |
| ウィンナー    | フィッシュ | メンチカツ  | コロッケ  | ハムカツ | ポテトサラダ |           |