



今月の献立

梅雨

土浦一高 / 定時制

月 1 火 2 水 3 木 4 金 5

対面式
給食オリエン
テーション

紅芋ともいわれる
紫芋は沖縄
が名産地です

春雨の原料は
いもです

笹団子は新潟
県の代表的な
和菓子です

☆☆
食予
中毒し
防て止
いのる
た献め
め立は
には給
給食材
前のに
都は合
必です
変手更
をに洗
なるる
て事来
がてあ
下りさ
まいす
☆☆

1 ハヤシライス 水菜のサラダ 牛乳	2 わかめごはん 鮭のフライ キャベツ(付合わせ) 春雨サラダ 牛乳	3 ごはん デミグラスハンバーグ スパゲティ(付合わせ) グレープフルーツ 牛乳	4 ごはん 筑前煮 厚焼きたまご 紫芋のごま団子 牛乳	5 チキンライス ミートボール ポテトサラダ 笹団子・蒟蒻ゼリー 牛乳
8 コッパン 牛すじコロッケ パンプキンサラダ クリームシチュー 牛乳	9  ソース焼きそば 巨峰ゼリー 牛乳	10 ごはん 酢豚 ポーク焼売 牛乳	11 肉味噌ごぼう丼 いちごのムース 牛乳	12 ごはん 肉じゃが チーズドッグ 牛乳
15 五目炒飯 ミックスフライ フジッリサラダ オレンジ 牛乳	16 豚ニラのスタミナ丼 ベルギーワッフル・牛乳	17 ポークカレーライス コーンサラダ 牛乳	18 ごはん さば塩焼き 金平ごぼう ほうれん草土佐和え 牛乳	19 鶏チリ丼 珈琲ゼリー 牛乳
22 ホットドッグ ツナキャベツコッパ 牛乳	23 ごはん 豚ひれかつ 野菜サラダ ひじきの磯煮 牛乳	24 いりこ菜飯 鶏の塩麴焼き アスパラガスソテー うずらの味玉 白花煮豆・牛乳	25 五目中華丼 コーヒー蒸しケーキ 牛乳	26 ロールパン チキンナゲット たまごサラダ トマトとレタスのスープ ヨーグルト・牛乳
29 ごはん なすとひき肉の味噌炒め 五目巾着 大豆と昆布の甘煮 牛乳	30 冷やし天プラうどん (えび・いか・南瓜) 牛乳	やっと給食が始まるよ!		

フジッリはらせ
ん状にねじれ
たパスタです

ニラのおいの元のアリ
シンは、豚肉のビタミン
B₁とくっついて体内に長
くとどまり、疲労回復や
スタミナ増強につながり
ます

金平は金太郎の息子
の名前の坂田金平が
らとったと伝えられて
います

うずらの卵は鶏卵に
比べてたんぱく質が
やや多く、脂肪は少な
めです

五目巾着は油揚げ
の中に鶏肉と野菜
が入っています

うどんはコシの強さが特
徴の讃岐うどんです!

前代未聞の緊急事態宣言を受けて休校が続いていましたが、ようやく今年度の給食が始まりました。新一年生は高校生活最初の給食です。元通りの定時制の給食に戻るまでは全員と一緒に給食室での食事ができなかつたり、お弁当箱に詰めた給食だったりしますが、政府や茨城県からのお達しが出るまで今まで通りの適切な自粛や健康管理をお願いします。そして土浦一高定時制からは一人の感染者も出ないように3密を避けてお互いがんばりましょう。



疫病よけ
妖怪アマビエ