

# 令和3年 6月度高崎工業高校給食献立

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
1 火	160 ご飯 鯖のみそ焼き 切り干し大根・小松菜の胡麻和え 豚汁 852 31 5.1	400 ハヤシライス ヨーグルト 462 13.6 3.9	240 かき揚げうどん ご飯・ふりかけ 659 13.8 5.2
	160 五目炒飯 焼き餃子 わかめ卵スープ 714 14.6 4.5	340 ソースカツ丼 わかめ卵スープ 469 16.2 5.8	300 醤油ラーメン ご飯・焼き餃子 617 19.8 6.1
2 水	180 ご飯 エビカチリソース 中華風スープ 843 24.8 2.5	340 ご飯 豚唐揚げ甘辛風 中華風スープ 1149 29.5 2.4	280 若布天うどん 稲荷寿司 577 13.6 5.2
	150 ご飯 かぼちゃコロッケ・メンチカツ 付け合わせ(ミックススロー) コンソメスープ 752 15.5 2.9	350 ご飯 タンドリーチキン・ハッシュドポテト 付け合わせ(ミックススロー)・ドレッシングパック コンソメスープ 858 25.8 4.1	300 味噌ラーメン ご飯・メンチカツ 790 20.8 6.6
3 木	160 ご飯 四川炒め 味噌汁 726 20.1 4.7	340 豚生姜焼き丼 味噌汁 823 22.2 3	300 ぶっかけうどん ミニかき揚げ丼 720 15.6 5.3
	160 ご飯 肉じゃが 味噌汁 824 19.2 3.2	340 チキン南蛮 味噌汁 997 38.2 3.2	300 塩ラーメン ご飯・ナゲット 614 17.6 5.7
4 金	160 のり弁風 味噌汁 524 18.7 4	400 カレーライス プリン 970 18.7 4.7	240 温玉うどん 炊き込みご飯 578 18.4 4.8
	180 ご飯 揚げどりの五目炒め オニオンスープ 804 27.8 3.6	340 ご飯 照り焼きハンバーグ 目玉焼き・ブロックリー オニオンスープ 718 22.8 3.6	280 辛味噌ラーメン わかめご飯 598 17.9 6.5
7 月	160 ご飯 筑前煮 味噌汁 653 20.8 3.3	340 和風チキンカツ丼 味噌汁 774 25.9 4.1	300 冷やし担々うどん ご飯・昆布佃煮 653 14.3 4.8

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
14 月	200 天ぷら 味噌汁 788 23.9 4	340 牛丼 味噌汁 710 26.7 4.2	260 のり醤油ラーメン 二色丼 584 19.3 6.2
	160 ご飯 鮭の塩焼き・きんぴら キッシュ風 味噌汁 700 28.5 3.8	400 ご飯 手作りから揚げカレー風味 マヨネーズパック・付け合わせ(スロー) 味噌汁 1082 33.3 3.6	240 きつねうどん ご飯・ふりかけ 666 19.5 5.3
15 火	180 ご飯 回鍋肉 中華風スープ 745 18 3.9	320 オムライスハヤシソース 中華風スープ 742 11.2 4.9	300 担々麺 菜飯 724 22.6 6.6
	160 ご飯 歐風カレーコロッケ・肉じゃがコロッケ 付け合わせ(スロー) わかめスープ 884 15.2 3.3	360 ビビンバ丼 わかめスープ 657 25.7 4.6	280 かきたまうどん 生姜焼き丼 649 16 3.8
16 水	180 ご飯 豚キムチ炒め 味噌汁 919 26.1 7	320 釜飯丼 味噌汁 660 21.6 3.6	300 味噌バターラーメン ご飯・唐揚げ 825 25.9 6.5
	200 ご飯 チキンチーズ焼き ほうれん草ソテー・オニオンリング 味噌汁 775 30.1 3.4	320 ご飯 味噌カツ コールスローサラダ・揚げ餃子 味噌汁 1062 27.8 5.5	280 カレーうどん ご飯・味付け海苔 775 19.9 5
17 木	160 高菜チャーハン 春巻き ピリ辛スープ 839 14.5 6.8	400 ご飯 手作りから揚げ黒コショウ風味 付け合わせ(ミックススロー) ドレッシングパック ピリ辛スープ 894 29.2 3.6	240 酸辣湯麺 ご飯・春巻き 679 17 4.6
	160 ご飯 鮭のワインホイル蒸し ハムカツ・大学芋 味噌汁 795 23.8 3.6	400 麻婆豆腐丼 ブドウゼリー 814 21.8 4.4	240 いか天うどん わかめご飯 659 17.8 4.3
期末試験 (24日~29日)			
18 金	160 ご飯 ヒレカツ・春雨サラダ 付け合わせ(スロー) コンソメスープ 744 18.9 3.1	360 ご飯 チキンソテーマトソース フライドポテト・スパゲッティソテー コンソメスープ 1123 38.8 5	280 塩ラーメン ご飯・ふりかけ 570 15.8 6.3

※ 栄養成分表示 黒→カロリー(kcal) 赤→たんぱく質(g) 青→塩分(g)  
 ※ 材料の都合によりメニューが一部変更になる場合がありますのでご了承ください。  
 ※ 食数が青で書かれているメニューは配食時2列となります。