

令和3年 7月度高崎工業高校給食献立

日付	献立A	献立B	献立C
1 木	150 ご飯 肉じゃが 味噌汁	400 ねぎ塩カルピ丼 味噌汁	250 ハラ天うどん ご飯・肉団子
	822 19.2 3.2	832 22.7 4.2	824 18.2 4.9
2 金	150 ご飯 回鍋肉 わかめスープ	400 ご飯 とり天おろしポン酢 付け合わせ(スロー)・ポテトサラダ わかめスープ	250 タンメン風 ご飯・ふりかけ
	764 18.5 4.9	701 27.8 2.5	614 16.3 5.3
5 月	200 オムライスハヤシソース 味噌汁	330 ご飯 豚肉生姜焼き炒め 餃子天 味噌汁	270 きつねうどん ご飯・昆布佃煮
	594 11.9 3.7	1064 27.8 4.3	672 19.5 5.8
6 火	200 ご飯 鮭のワインホイル蒸し ハムカツ 味噌汁	300 ご飯 カニクリームコロッケ 炭火焼鶏つくね・春雨サラダ 味噌汁	300 ゴマダレ冷やし中華 ご飯・ハムカツ
	754 24.6 3.6	713 13.2 3.1	712 25.9 5.4
7 水	180 ご飯 ブルコギ風焼肉 セタゼリー	370 カレーライス 牛乳	250 冷やしたぬきうどん 菜飯
	684 24.6 2.4	1003 20.9 4.8	639 13.8 4.8
8 木	180 そば飯チャーハン 焼き餃子 中華スープ	400 ご飯 竜田揚げ 付け合わせ(スロー)・マヨネーズパック 中華スープ	220 辛味噌ラーメン チャーハン
	666 11.5 3.5	894 25.7 3.9	674 19.6 7.6
9 金	150 ご飯 鯖の味噌煮 豚汁	400 麻婆豆腐丼 ジョア	250 ぶっかけうどん 稲荷寿司
	820 32.7 3.9	800 25.6 4.4	518 14.9 4.8

※ 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。

日付	献立A	献立B	献立C
12 月	250 ご飯 チキンチーズ焼き ほうれん草ソテー・皮付きポテト コンソメスープ	300 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	250 塩ラーメン ご飯・ふりかけ
	858 28.5 2.9	744 18.9 3.1	548 15 5.4
13 火	180 ご飯 すき焼き風 味噌汁	420 キーマカレーライス プリン	200 かき揚げうどん わかめご飯
	664 24.5 3.6	841 17.7 4	642 13 5
14 水	200 ロコモコ丼 コンソメスープ	400 ご飯 手作りから揚げ黒コショウ風味 付け合わせ(スロー)ドレッシングパック コンソメスープ	200 のり醤油ラーメン 焼きおにぎり
	863 22.2 3.6	991 29.9 1.9	438 14.9 6.4
15 木	100 ご飯 鮭の塩焼き・メンチカツ 厚焼き玉子・おひたし 味噌汁	450 豚生姜焼き丼 味噌汁	250 ピリ辛冷やしうどん ご飯・味噌汁海苔
	571 23.4 2.5	834 21.2 3.5	555 13.1 4.8
16 金	100 ご飯 豚キムチ炒め 中華風スープ	400 ご飯 チキン南蛮丼 中華風スープ	300 冷やし担々麺 ご飯・ふりかけ
	893 24 6	878 20.9 2.6	758 21.7 5.8
19 月	160 五目炒飯 春巻き オニオンスープ	340 ご飯 チーズハンバーグ・フライドポテト スパッシー・付け合わせ(ブロックロー) オニオンスープ	300 ぶっかけうどん ご飯・春巻き
	849 15.3 4.5	973 27 5.5	663 15.5 4.4
20 火	160 ご飯 豚しゃぶサラダ はんぺんチーズフライ 味噌汁	340 麻婆キチンカツ丼 味噌汁	300 味噌ラーメン おかかご飯
	926 32.6 3.7	787 27.1 5.1	600 19.9 6.2
21 水	終業式		