

令和4年 4月高崎工業高校給食献立

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
8 金	始業式・入学式		
11 月	180 そば飯チャーハン 唐揚げ 味噌汁 906 20.6 5.4	300 ご飯 味噌カツ・もやしナムル 付け合わせ(スロー) 味噌汁 888 25.5 5.6	300 味噌ラーメン ご飯・昆布佃煮 604 18.4 6.5
12 火	200 ご飯 エビフライ・イカフライ 付け合わせ(スロー)・タルタルパック 中華スープ 828 19 3	350 ねぎ塩カルピ丼 中華スープ 800 20 3.9	230 かき揚げうどん ご飯・ふりかけ 649 13.5 4.5
13 水	150 ご飯 豚キムチ炒め 卵スープ 905 24.6 6.6	400 チキン南蛮丼 卵スープ 889 21.4 3.2	230 塩ラーメン ミニメンチカツ丼 705 18.6 5.6
14 木	150 ご飯 鯖の味噌煮 味噌汁 771 31.5 3.9	400 ハヤシライス ヨーグルト 806 22.5 4.2	230 きつねうどん ご飯・肉団子 726 22.3 5.3
15 金	180 親子煮風丼 味噌汁 790 30.5 3.7	350 ご飯 お好み豚カツ・ごぼうサラダ 付け合わせ(スロー) 味噌汁 948 25 4	250 タンメン風 二色そぼろ丼 641 19.1 5.5
18 月	200 オムライス コーンスープ 717 11.5 3.9	350 ご飯 牛肉コロッケ・炭火焼鶏つくね チキンカツ・付け合わせ(スロー) コーンスープ 880 23 3.1	230 たぬきうどん ミニ焼肉丼 684 15.3 4.1
19 火	150 ご飯 回鍋肉 わかめスープ 764 18.5 4.9	330 豚玉丼 わかめスープ 978 28.3 2.9	300 辛味噌ラーメン 菜飯 590 17.9 6.5

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
20 水	180 ご飯 すき焼き煮風 味噌汁 665 24.4 3.5	400 ご飯 手作りから揚げ・マカロニサラダ 付け合わせ(スロー) 味噌汁 977 38.6 3.2	200 かきたまうどん ご飯・ふりかけ 541 12.7 3.5
21 木	150 ご飯 筑前煮 味噌汁 671 21.7 3.2	400 ソースカツ丼 味噌汁 931 24.9 5.8	230 塩バターラーメン チャーハン 700 16.8 7.3
22 金	130 ご飯 スタミナ炒め 中華風スープ 941 23.2 1.9	400 カレーライス プリン 970 18.7 4.7	250 若布天うどん 稲荷寿司 577 13.6 5.2
25 月	150 のり弁風 味噌汁 966 26.4 3.9	380 ご飯 ハンバーグデミソース・ハッシュドポテト スパイダー・付け合わせ(ブロックリー) 味噌汁 961 25.2 5	250 醤油ラーメン ご飯・味噌海苔 583 19 6
26 火	180 ご飯 肉じゃが 味噌汁 808 18.1 3.3	350 ご飯 チーズメンチカツ・マカロニソテー フラワーオムレツ・10ゼリー・付け合わせ(スロー) 味噌汁 655 14.3 3.1	250 温玉うどん ご飯・コロッケ 687 18.4 4.9
27 水	200 てりたまチキン丼 ピリ辛スープ 786 29.6 3.1	280 ご飯 ヒレカツ・野菜肉巻き キャベツツナマヨ和え ピリ辛スープ 801 22.3 3.1	300 担々麺 焼きおにぎり 614 21.5 6
28 木	150 ご飯 鮭の塩焼き・つくね大葉巻き コーンコロッケ・ほうれん草胡麻和え 味噌汁 723 26.7 4.1	400 麻婆豆腐丼 ジョア 827 25.7 4.4	230 肉うどん ご飯・ふりかけ 853 24.2 3.5
29 金	昭和の日		

- ※ 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。