

# 令和4年 5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
2月	150	350	220
	ご飯 鯖の味噌煮 ピリ辛炒め 味噌汁	ご飯 欧風カレーコロッケ・チキンカツ 付け合わせ(スロー)1口ゼリー 味噌汁	のり醤油ラーメン ご飯・ふりかけ
	811 33.1 4.9	887 19.7 3	556 16.4 6
ゴールデンウィーク			
6月	200	320	250
	五目チャーハン から揚げ 味噌汁	ご飯 照り焼きハンバーグ フラワーオムレツ・ほうれん草ソーテー 味噌汁	たぬきうどん ミニメンチカツ丼
	916 23.1 4.5	704 23.7 4.5	734 15.6 3.9
9月	170	330	270
	ご飯 鮭のワインホイル蒸し コーンコロッケ・大学芋 味噌汁	牛丼 味噌汁	味噌ラーメン 菜飯
	854 25.7 2.7	717 27.9 4.2	590 17.9 6.5
10月	250	300	220
	タンドリーチキン丼 中華スープ	ご飯 味噌カツ・もやしザーサイ 付け合わせ(スロー) 中華スープ	きつねうどん ご飯・肉団子
	813 27.5 3.9	872 23.9 5.7	726 22.3 5.3
11月	170	350	250
	ご飯 さきみチーフライ・ナポリタン 付け合わせ(スロー) コーンスープ	ハヤシライス 牛乳	塩ラーメン 生姜焼き丼
	745 17.9 2.8	873 24.8 4.2	651 18.2 5.7
12月	170	350	250
	ご飯 豚キムチ炒め 卵スープ	ご飯 ヒレカツ・炭火焼鶏つくね キャベツツナマヨ和え 卵スープ	若布天うどん 稲荷寿司
	887 22.1 5.2	889 27.6 3.8	577 13.6 5.2
13月	県高校総体		
16月	振替休日		

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
17日	200	320	250
	そば飯チャーハン 春巻き 味噌汁	ご飯 豚カツおろしポン酢 ポテトサラダ・付け合わせ(スロー) 味噌汁	味噌バターラーメン ご飯・昆布佃煮
	880 16.3 5	896 24.6 3.6	671 18.1 6.4
18日	170	350	250
	ご飯 肉じゃが 味噌汁	麻婆豆腐丼 ジョア	かき揚げうどん 焼きおにぎり
	826 19.1 3.2	827 25.7 4.4	530 12 5
19日	170	350	250
	ご飯 ブルコギ風焼肉 わかめスープ	ご飯 手作りから揚げ 付け合わせ(スロー)・マカロニサラダ わかめスープ	醤油とんこつラーメン チャーハン
	702 25.4 3.8	939 35.6 2.9	710 20.9 6.7
20日	200	300	270
	ご飯 天ぷら 味噌汁	ねぎ塩カルピ丼 味噌汁	チーズカレーうどん わかめご飯
	755 21.6 2.8	832 22.7 4.2	803 18.1 6.2
21日	お弁当		
23日	170	300	300
	ご飯 筑前煮 味噌汁	ミックスソースカツ丼 味噌汁	担々麺 ご飯・ふりかけ
	657 20.6 3.3	782 20.9 4.9	721 22.5 5.3
24日	170	400	200
	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 中華風コーンスープ	カレーライス プリン	温玉うどん コロッケ甘煮丼
	923 22.6 2.6	970 18.7 4.7	562 16.9 5.5
1学期中間試験25日~27日	1学期中間試験25日~27日		
30日	170	350	250
	アジフライ・メンチカツ 焼きそば・付け合わせ(スロー) 味噌汁	和風ハンバーグ・スパッテー ブロッコリーサラダ 味噌汁	豚キムチラーメン ご飯・味噌海苔
	937 20.7 4.1	908 24.4 5.2	699 22.3 7.2
31日	170	400	200
	ご飯 回鍋肉 ピリ辛スープ	チキン南蛮丼 ピリ辛スープ	ちくわ天うどん ご飯・ふりかけ
	765 18.6 5	885 21.2 3.4	598 14.6 4.2

※ 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。