

令和4年 11月高崎工業高校給食献立

日付	献立A	献立B	献立C
1 火	160 天丼 味噌汁 793 21.9 4.6	400 ご飯 ハンバーグハヤシソースかけ ウインナーオムレツ・小松菜ソテー 味噌汁 764 22.1 4.8	200 かきたまうどん ご飯・ふりかけ 499 12.6 3.5
	160 ご飯 チキンマスタード焼き コーンコロッケ・付け合わせ(スロー) ピリ辛スープ 792 27.6 3.5	300 ねぎ塩カルピ丼 ピリ辛スープ 826 21.1 2.1	300 味噌バターラーメン ご飯・昆布佃煮 617 18.1 6.4
3 木	文化の日		
4 金	160 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 883 24.1 4	400 牛丼 味噌汁 647 25.9 4.2	200 たぬきうどん 焼きおにぎり 440 10.9 4.4
	200 五目チャーハン からあげ 中華スープ 842 20.4 4.2	300 ご飯 ヒレカツ・炭火焼鶏つくね もやしザーサイ和え 中華スープ 759 24.2 4.7	260 醤油とんこつラーメン ご飯・ふりかけ 574 19.1 4.9
8 火	150 ご飯 ささみチーズカツ ナポリタン・付け合わせ(スロー) 味噌汁 731 20 3.4	350 ハヤシライス ヨーグルト 834 19.7 4.2	260 けんちんうどん ミニメンチカツ丼 726 18 3.7
	160 ツイストロールパン クリームシチュー ハムマヨサラダフライ 765 25.1 6.1	300 チキンカツ丼 味噌汁 846 33.2 4	300 担々麺 菜飯 669 22.5 6.1
10 木	160 中華丼 わかめスープ 694 16.7 4.3	400 ご飯 ハンバーグトマトソース フラワーオムレツ・青梗菜ソテー わかめスープ 716 21.6 5.4	200 ちくわ天うどん ご飯・味付け海苔 559 15.2 4.3
	きつねうどん ご飯・竜田揚げ 717 20.5 6.3		
12 土	ビーフカレーライス プリン 779 20.5 3.1		

日付	献立A	献立B	献立C
15 火	200 そば飯チャーハン 春巻き 中華スープ 818 13.6 4.7	300 ご飯 味噌カツ・もやしのナムル 付け合わせ(スロー) 中華スープ 836 23.7 5.3	300 豚キムチラーメン わかめご飯 639 21.7 8
	160 ご飯 肉じゃが 味噌汁 754 19.3 3.3	400 麻婆豆腐丼 ショア 777 25.7 4.4	200 きつねうどん ご飯・チキンカツ 675 20.4 6
17 木	200 すき焼き風丼 味噌汁 618 24.4 3.7	300 ご飯 手作りから揚げ・ポテトサラダ 付け合わせ(スロー) 味噌汁 952 30.5 3	260 塩ラーメン ご飯・揚げ餃子 588 17 5.7
	200 ご飯 チキンチーズ焼き ミニオンスポテト・フロッキーサラダ 味噌汁 842 30.6 3.6	300 豚丼 味噌汁 825 23.4 3.7	260 チーズカレーうどん ご飯・ふりかけ 749 18.6 5.8
2学期期末テスト 21日~25日			
28 月	160 親子煮風丼 味噌汁 738 30.6 3.6	300 ご飯 エビフライ・ハンバーグ 付け合わせ(スロー)・マカロニサラダ 味噌汁 689 19.9 3.4	300 味噌ラーメン ご飯・からあげ 711 26.1 6.7
	160 ご飯 豚肉の塩だれ炒め 卵スープ 902 24.6 2.7	400 カレーライス プリン 912 28.9 4.7	200 かき揚げうどん ご飯・肉団子 663 16.4 4.5
30 水	160 中華丼 わかめスープ 708 18.4 4.3	350 ご飯 回鍋肉 中華風スープ 835 21 2.6	250 醤油ラーメン ご飯・コロッケ 624 19.7 6.4

- ※ 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。