

令和5年 10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 そば飯チャーハン からあげ 味噌汁	350 ご飯 豚カツミートソース スパンテー・付け合わせ(スロー) 味噌汁	250 味噌ラーメン ご飯・ふりかけ
	876 20.3 5.3	795 25.9 4.4	540 17.8 5.8
3月	200 ご飯 鶏の香草焼き <small>徳島カボチとミニトマト・キャベツのゴママヨネーズ</small> 中華風スープ	350 ハヤシライス ジョア	200 たぬきうどん ご飯・揚げ餃子
	843 30.3 3.3	846 19.4 4.1	623 14 4
2学期中間テスト 4日~6日			
10月	200 てりやきチキン丼 味噌汁	250 ご飯 牛肉コロッケ・つくね大葉巻き スパンテー・付け合わせ(スロー) 味噌汁	300 担々麺 菜飯
	656 28.7 3.7	690 15.3 4.3	669 22.5 6.1
11月	200 ご飯 コーンクリームコロッケ・ハンバーグ ポテトサラダ・付け合わせ(スロー) 味噌汁	300 豚丼 味噌汁	250 きつねうどん たぬきご飯
	790 16.2 3.5	803 22 3.9	589 15.1 6
12月	150 中華丼 中華スープ	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	300 塩ラーメン ご飯・からあげ
	699 16.8 4.3	835 23.7 5.3	667 23.2 6.3
13月	150 ご飯 豚肉の塩だれ炒め 卵スープ	400 カレーライス プリン	200 かき揚げうどん 稲荷寿司
	902 24.6 2.7	915 19 4.8	548 13.8 5
16月	200 五目チャーハン からあげ 味噌汁	300 ご飯 チーズハンバーグ・ミニオムレツ スパンテー・付け合わせ(フロッコリー) 味噌汁	250 わかめ醤油ラーメン ご飯・メンチカツ
	872 23.2 4.4	825 31.4 5.6	656 19.6 6.1
17月	150 ご飯 回鍋肉 わかめスープ	350 チキン南蛮丼 わかめスープ	250 かきたまうどん 豚生姜焼き丼
	715 18.5 5	841 21.1 3.3	599 16 3.8

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
18日	200 オムライス ビリ辛スープ	250 ご飯 ヒレカツ・炭火焼鶏つくね もやしザーサイ和え ビリ辛スープ	300 醤油とんこつラーメン チャーハン
	610 10.4 4.4	764 24.9 4.1	656 20.8 6.7
19日	200 ご飯 とり天野菜甘酢あんかけ 揚げ餃子 味噌汁	350 麻婆豆腐丼 ジョア	200 肉うどん ご飯・昆布佃煮
	841 32.6 3.2	796 27.4 4.4	765 23.3 4.2
20日	200 焼肉丼 味噌汁	250 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	300 味噌バターラーメン ご飯・野菜コロッケ
	932 26.9 3.9	721 20.5 3.5	700 19 6.1
23日	150 ご飯 てりやき豆腐ハンバーグ コーンコロッケ・ほうれん草のナムル 味噌汁	350 ヒレソースカツ丼 味噌汁	250 チーズカレーうどん ご飯・味付け海苔
	650 15.1 3.7	830 24.3 5.8	723 17.2 5.5
24日	200 カツ丼風 味噌汁	300 ご飯 チキンソテーマトソースかけ <small>マカロニサラダ・ポテトフライ・付け合わせ(フロッコリー)</small> 味噌汁	250 醤油ラーメン わかめご飯
	910 30.2 4.2	939 31.4 5	531 18.4 6.6
25日	200 ご飯 スタミナ炒め 味噌汁	300 豚キムチ丼 味噌汁	250 若布天うどん ご飯・肉団子
	919 26.2 2.9	517 21.5 7.2	656 16.1 4.7
26日	200 オムハヤシライス コンソメスープ	300 ご飯 手作りから揚げ・ハンバーグ <small>マカロニサラダ・付け合わせ(スロー)</small> コンソメスープ	250 タンメン風 ご飯・春巻き
	577 10.4 3.8	990 29.7 3.4	644 17.2 5.4
27日	200 ご飯 エビフライ・イカフライ <small>タルタルソースパック・付け合わせ(スロー)</small> 中華風スープ	300 ねぎ塩豚丼 中華風スープ	250 豚汁うどん ご飯・カレーコロッケ
	783 18.8 2.3	902 24.1 3.4	426 10 2.4
30日	160 のり弁風 味噌汁	250 ご飯 てりやきハンバーグ・スパンテー ミニオムレツ・付け合わせ(フロッコリー) 味噌汁	300 辛味噌ラーメン ご飯・ふりかけ
	926 26.4 3.9	769 25.7 4.6	552 18.4 6
31日	150 ご飯 鮭のホイル焼き かぼちゃコロッケ コーンスープ	400 ビーフカレー プリン	200 ちくわ天うどん 焼きおにぎり
	838 22.2 2.1	781 20.5 3.1	458 13.5 4.6

- ※ 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。