

# 令和5年 12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
1 金	160 ご飯 豚肉の塩だれ炒め 味噌汁	350 てりやきチキン丼 味噌汁	200 たぬきうどん 焼肉丼
	915 26.1 3.1	641 27.9 3.7	636 15.3 4.1
4 月	180 五目チャーハン からあげ 味噌汁	150 ご飯 味噌カツ・もやしザーサイ和え 付け合わせ(スロー) 味噌汁	150 塩ラーメン ご飯・ふりかけ
	872 23.2 4.4	865 26.6 5.1	496 14.8 5.4
5 火	110 ご飯 肉じゃが 味噌汁	250 チキン南蛮丼 味噌汁	160 チゲ風うどん わかめご飯
	752 19.1 3.3	873 23.9 3.6	715 22.4 8.3
6 水	160 豚肉の生姜焼き丼 中華スープ	160 ご飯 ハンバーグハヤシソース・ミニオムレツ スパンテー・付け合わせ(ブロッコリー) 中華スープ	160 ミートスパゲッティ 薄皮クリームパン
	921 24.4 2.6	798 23.2 4.8	617 23.1 3.5
7 木	120 ご飯 すき焼き煮風 味噌汁	250 ヒレソースカツ丼 味噌汁	150 かき揚げうどん 焼きおにぎり
	644 26.9 3.5	807 24.6 5.8	500 12 5
8 金	200 オムハヤシライス ジョア	350 ご飯 タンドリーチキン・ハッシュドポテト コールスローサラダ ピリ辛スープ	200 味噌ラーメン ご飯・メンチカツ
	647 15.4 2.7	783 25.6 3.9	699 21.6 6
11 月	200 ご飯 アジフライ・からあげ 炭火焼鶏つくね・付け合わせ(スロー) 味噌汁	350 豚丼 味噌汁	200 きつねうどん ご飯・肉団子
	817 28.1 3.8	823 23.6 3.9	624 18 5.7
12 火	200 親子煮風丼 味噌汁	300 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 塩野菜ラーメン 菜飯
	737 30.4 3.7	810 26.8 4.4	607 17.2 6

日付	南伏立A	南伏立B	南伏立C
13 水	200 ご飯 とり天野菜甘酢あんかけ 揚げ餃子 味噌汁	350 ねぎ塩豚丼 味噌汁	200 チーズカレーうどん ご飯・ふりかけ
	856 33.1 3.1	945 27 4.3	730 17.2 5.6
14 木	200 中華丼 中華風スープ	300 ご飯 ささみチーズカツ ナポリタン・付け合わせ(スロー) 中華風スープ	250 醤油とんこつラーメン チャーハン
	687 16.5 3.6	667 15.6 2.4	656 20.8 6.7
15 金	250 ご飯 カリパタチキン ミニオンスポテト・キャベツゴママヨ和え 卵スープ	350 麻婆豆腐丼 ジョア	150 かきたまうどん ご飯・カレーコロッケ
	722 24.8 2.9	777 25.7 4.4	596 14.1 4
18 月	200 そば飯チャーハン からあげ 味噌汁	250 ご飯 てりやきハンバーグ・ミニオムレツ スパンテー・付け合わせ(ブロッコリー) 味噌汁	300 担々麺 ご飯・揚げ餃子
	876 20.6 5.3	752 24.5 4.7	758 24.6 5.7
19 火	200 ご飯 鮭のホイル焼き コーンコロッケ オニオンスープ	400 カレーライス プリン	150 肉うどん ご飯・昆布佃煮
	723 21.6 2.5	915 19 4.8	765 23.3 4.2
20 水	250 豚キムチ丼 わかめスープ	250 ご飯 チキンカツ・炭火焼鶏つくね もやしのナムル わかめスープ	250 のり醤油ラーメン ご飯・からあげ
	875 25.1 6.2	702 25 3.9	668 24.2 6.6
21 木	200 ツイストロールパン クリームシチュー サンタの三色デザート	350 ご飯 手作りから揚げ・星のハンバーグ ポテトサラダ・付け合わせ(スロー) コーンスープ	200 若布天うどん 稲荷寿司
	595 17.9 4.5	966 31.8 3.2	541 13.6 5.2
22 金	終業式		

- ※ 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。