

# 令和7年 1月 高崎工業高校給食献立

日付	A	B	C
8 水	始業式		
9 木	250 ご飯 コーンクリームコロッケ、ハンバーグ マカロニサラダ、スロー 味噌汁 736 18.7 3.6	300 豚丼 味噌汁 792 23.8 3.9	200 塩ラーメン ご飯・メンチカツ 634 18.6 5.7
10 金	300 マーボー竜田丼 わかめスープ 793 25.2 6.5	250 ご飯 鶏肉のパセリバター焼き スパソテー・インゲンソテー・目玉焼き わかめスープ 819 31.6 4.2	200 チゲ風うどん わかめご飯 712 21.4 7.5
14 火	250 ご飯 てりやきハンバーグ・ミニオムレツ スパソテー・付け合わせ（ブロック） 味噌汁 742 29.5 3.5	200 ヤンニョムチキン丼 味噌汁 839 26.1 6.6	300 担々麺 ご飯・コロッケ 786 25 8
15 水	200 オムライス 中華スープ 631 11.5 4.4	350 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 797 23.1 4.8	200 若布天うどん ミニそばろ丼 623 16.1 4.9
16 木	250 ご飯 スタミナ炒め 味噌汁 921 27.6 3	300 カレーライス プリン 885 19.2 4.8	200 醤油ラーメン チャーハン 609 20 7.7
17 金	250 中華丼 中華風スープ 664 16.9 4.5	300 ご飯 チキンカットマトソース スパソテー・付け合わせ（スロー） 中華風スープ 651 21.8 2.8	200 たぬきうどん 焼肉丼 584 15.8 4.1

日付	A	B	C
20 月	250 ご飯 エビフライ・イカフライ タルタルソースパック・付け合わせ（スロー） 味噌汁 773 20.6 3.4	300 てりやきチキン丼 味噌汁 648 29.6 4	200 味噌ラーメン ご飯・ふりかけ 550 18.2 5.9
21 火	200 そば飯チャーハン からあげ ピリ辛スープ 853 17.6 5.2	350 ご飯 チーズインハンバーグ・オムレツ スパソテー・付け合わせ（ブロック） ピリ辛スープ 848 26.7 5.5	200 かき揚げうどん 稲荷寿司 546 13.5 4.9
22 水	100 ご飯 サバの味噌煮 きんぴらごぼう 味噌汁 751 32.9 4.4	350 チキン南蛮丼 味噌汁 847 24.1 3.6	300 サンラータンメン 菜飯 540 15.6 5
23 木	200 親子丼 味噌汁 920 31.8 3.6	300 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 860 25.5 3.6	250 かしわ天うどん ご飯・のり佃煮 715 17.3 4.3
24 金	200 ご飯 豚キムチ炒め たまごスープ 832 24.6 6.8	350 ハヤシライス ヨーグルト 790 18.8 5.3	200 もやしあんかけラーメン ご飯・カレーコロッケ 631 18.7 4.2
27 月	200 五目チャーハン からあげ 味噌汁 839 19.6 2.6	300 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 835 24 3.2	250 きつねうどん ご飯・肉団子 593 16.1 5.9
28 火	250 ご飯 ヒレカツ・炭火焼鶏つくね もやしザーサイ和え 味噌汁 751 27.2 4.3	300 ねぎ塩豚丼 味噌汁 912 27.4 4.3	200 麻婆ジャージャー麺 ご飯・揚げ餃子 834 25.8 5
29 水	180 コッペパン クリームシチュー メンチカツ 920 27 6.4	350 ご飯 からあげ・ハンバーグ マカロニサラダ・付け合わせ（スロー） わかめ卵スープ 786 23.4 4.3	220 けんちんうどん ご飯・てりやきチキン 643 20.8 4
30 木	200 ご飯 かぼちゃコロッケ・ミニオムレツ マカロニソテー・付け合わせ（スロー） コーンスープ 832 15.7 3.1	300 麻婆豆腐丼 ジョア 781 27.9 4.7	250 塩野菜ラーメン ご飯・ミニ春巻き 667 17.9 5.5
31 金	300 豚の生姜焼き丼 味噌汁 763 23.4 3	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 802 13.8 3.4	200 かきたまうどん ご飯・ごま昆布 543 15.7 4.1

※ 3学年の学年末考査・1年生のスキー教室日の食数はそれぞれ減ります（割合は変わりません）

※ 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。

※400食以上は2列での配食になります。