

平成30年 12月度高崎工業高校給食献立

日付	南伏立 A	南伏立 B	南伏立 C
3月	160 五目チャーハン 揚げ餃子 中華スープ 880 21.2 3.1	420 ご飯 ヒレソースカツ 付け合わせ(スロー)・マカロニサラダ オレンジ 1024 26.8 3.6	300 かき玉うどん ご飯・揚げ餃子 741 20.7 3.9
	200 ご飯 肉じゃが 鯖大葉フライ 1051 27.4 2.4	360 鶏甘辛丼 温泉卵 わかめスープ 995 41 3.9	320 担々麺 わかめご飯 868 30 6.8
4月	180 親子丼 味噌汁 902 35.9 3.7	400 ご飯 豚肉生姜炒め 付け合わせ(スロー) 焼売・味噌汁 1116 34.1 4.1	300 きつねうどん ご飯・唐揚げ 887 29.6 5.5
	145 ご飯 天ぷら定食 味噌汁 971 28.5 3.2	500 チキンカレーライス プリン 1023 27.1 3.9	260 キムチラーメン ご飯・昆布佃煮 767 26.1 7.8
5月	140 ご飯 鯖の味噌煮 小松菜胡麻和え 豚汁 1082 48.1 4.4	400 ご飯 鶏天おろしポン酢 付け合わせ(スロー) ポテトサラダ 909 32.3 1.6	300 わかめ天うどん 稲荷寿司 704 19.9 4.7
	100 ご飯 イカフライ・エビフライ タルタルソースパック・味噌汁 付け合わせ(スロー) 991 26.6 3.7	300 ご飯 チーズハンバーグ ほうれん草ソテー・ポテトフライ 付け合わせ(人參グラッセ) 1009 30.2 3.6	200 味噌ラーメン ご飯・ふりかけ 741 25.3 6.1
6月	60 ご飯 八宝菜 ワンタンスープ 822 23.9 3.4	300 チキン南蛮丼 ワンタンスープ 982 28 3.5	200 カレーうどん ご飯・海苔の佃煮パック 910 26.8 5.6

日付	南伏立 A	南伏立 B	南伏立 C
12月	100 そば飯チャーハン 巣ごもり卵 味噌汁 785 21 3.1	200 ご飯 チーズメンチカツ・野菜肉巻き 付け合わせ(スロー)・ローゼリー 味噌汁 946 27.7 3.5	180 醤油ラーメン ご飯・野菜肉巻き 773 28 6.5
	130 ご飯 筑前煮 アジフライ 931 33.3 2.3	200 スタミナ丼 フルーチェ 878 31.6 3.6	150 温玉うどん ご飯・チキンナゲット 776 25.9 4.1
13月	130 ご飯 サーモンムニエル・タルタルソースパック ジャガイモのソテー・付け合わせ(ブロッコリー) フルーツミックス 912 30.7 2.3	450 キーマカレー サラダ 9222 20 4.2	300 塩バターラーメン 焼き肉丼 659 22.5 6.2
	200 オムライス 野菜スープ 816 17.4 4	380 ご飯 照り焼きハンバーグ 和風スパソテー・焼売 野菜スープ 986 32.7 4.3	300 カうどん 焼きおにぎり 635 19.9 5.6
14月	180 ご飯 回鍋肉 春巻き 1086 27.5 4.5	400 ご飯 タンドリーチキン ホタテクリーミーコロッケ コールスローサラダ・味噌汁 1055 36.9 3.8	300 酸辣湯ラーメン ご飯・春巻き 818 24.3 4.8
	200 ご飯 チキンチーズ焼き 小松菜ソテー・ポテトフライ オレンジ 890 27.9 1.5	380 麻婆豆腐丼 コーヒーゼリー 790 22.8 3.8	300 天ぷらうどん 炊き込みご飯 606 13.6 4
15月	180 ご飯 クリームシチュー コロッケ 1138 30.3 4.8	400 ご飯 手作り唐揚げ 付け合わせ(スロー・レモン) 1160 41.9 1.6	300 辛味噌ラーメン ご飯・コロッケ 738 24.8 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。
- ※ 各メニューに牛乳が(1本)つきます。
- ※ 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。
- ※ →牛乳からジョアになります。