

令和8年 10月 高崎工業高校給食献立

日付	A	B	C
1～5日 中間テスト			
6 火	200	300	250
	ご飯 スタミナ炒め 味噌汁	あんかけカツ丼 味噌汁	台湾ラーメン ご飯・春巻き
	935 28.3 2.9	726 27.1 5.1	688 24.4 7
7 水	200	350	200
	ご飯 豚肉の塩だれ炒め ピリ辛スープ	カツカレー プリン	たぬきうどん そぼろ丼
	868 24.5 2.8	889 21 3.8	530 15.7 4.3
8 木	200	300	250
	ご飯 豚キムチ炒め わかめスープ	焼肉丼 わかめスープ	麻婆ジャージャー麺 ご飯・カレーコロッケ
	817 24.1 6.8	862 23.2 3.6	772 24 3.8
9 金	200	310	240
	カレーピラフ ナゲット 豆乳スープ	ご飯 チキンカツトマトソース スパソテー・付け合わせ（スロー） 豆乳スープ	豚汁うどん 稲荷寿司
	715 19.6 1.8	768 26 4	732 24.8 4.8
13 火	200	300	250
	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	照焼チキン丼 味噌汁	塩ラーメン ご飯・メンチカツ
	837 24.2 3.1	695 30.5 3.9	615 17.4 6
14 水	160	240	150
	ご飯 回鍋肉 中華風スープ	ハヤシライス ジョア	かきたまうどん ご飯・かぼちゃコロッケ
	677 18.6 4.2	843 20.9 4.7	611 16 4.4
15 木	120	200	190
	ご飯 チキンパセリバター焼き・コロッケ スパソテー・インゲンソテー ピリ辛スープ	豚の生姜焼き丼 ピリ辛スープ	醤油ラーメン ご飯・揚げ餃子
	850 28 4.9	892 25 3.2	630 20.5 7
16 金	120	200	190
	ご飯 ハンバーグトマトソース・オムレツ スパソテー・付け合わせ（ブロックリー） オニオンスープ	マーボー竜田丼 オニオンスープ	カレーうどん ご飯・ふりかけ
	872 34.3 4.9	821 24.3 5.9	746 18.2 5.3

※ 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。

日付	A	B	C
19 月	200	300	250
	挽肉チャーハン からあげ わかめスープ	ご飯 ヒレカツ・炭火焼鶏つくね もやしのザーサイ和え わかめスープ	辛味噌ラーメン わかめご飯
	851 19.3 5.4	586 16.6 3.4	544 17.9 7
20 火	200	310	240
	ご飯 照焼ハンバーグ・コロッケ スパソテー・付け合わせ（ブロックリー） すまし汁	ねぎ塩豚丼 すまし汁	きつねうどん 焼肉丼
	749 26 3.3	911 24.5 3.7	655 17.6 5.8
21 水	球技大会 1日目		
22 木	球技大会 2日目		
23 金	球技大会 予備日		
26 月	200	300	250
	ご飯 油淋鶏 きんぴらごぼう・付け合わせ（スロー） 味噌汁	ヒレソースカツ丼 味噌汁	担々麺 ご飯・味付のり
	749 24.5 5.6	707 14.9 5.2	700 24.7 7.6
27 火	200	300	250
	ご飯 ささみチーズカツ ナポリタン・付け合わせ（スロー） たまごスープ	麻婆豆腐丼 ヨーグルト	チゲ風うどん 菜飯
	767 10.3 3.6	733 25.5 4.7	708 20.9 7
28 水	群馬県民の日		
29 木	200	300	250
	ヤンニョムチキン丼 わかめスープ	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（ブロックリー） わかめスープ	味噌ラーメン ご飯・肉団子
	808 23.1 4.8	835 27.1 5.3	578 19.4 6
30 金	200	300	250
	ご飯 ブルコギ風 中華風スープ	チキン南蛮丼 中華風スープ	肉うどん ご飯・ごま昆布
	619 25.4 3.1	836 22 4.1	764 23.2 4