

令和2年 1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
9 木	200 ご飯 鮭のワインホイル蒸し コーンコロッケ 味噌汁 813 28.1 3.8	400 豚キムチ丼 味噌汁 925 25.4 5.8	270 きつねうどん 卵丼 740 24.1 6.4
	150 中華丼 卵スープ 756 17.8 4.2	420 ご飯 チキン南蛮 付け合わせ(スロー) - ロチーズ 卵スープ 937 25.5 3.6	300 味噌ラーメン おほかご飯 592 19 5.7
14 火	200 ご飯 ヒレカツ 付け合わせ(スロー)・マカロニツナサラダ オニオンスープ 833 20.6 3.1	400 ご飯 ハンバーグデミソース ほうれん草ソテー・フライドポテト オニオンスープ 915 23 4.3	270 わかめ天うどん 焼肉丼 516 12.5 4.1
	170 ご飯 鯖の味噌煮 ひじき煮 豚汁 870 34.4 4.6	500 カレーライス 牛乳 954 20.2 3.7	200 醤油ラーメン 高菜チャーハン 662 20.2 8.3
16 木	150 ご飯 回鍋肉 味噌汁 772 20 4.9	420 ご飯 手作りから揚げ・ホタテ風味カツ 付け合わせ(スロー) 味噌汁 959 26.6 3	300 チゲ風うどん ご飯・昆布佃煮 630 17.2 5.7
	170 親子煮丼 味噌汁 769 29.4 3.6	400 ご飯 豚肉の生姜炒め 付け合わせ(スロー)・肉焼売 味噌汁 982 27.5 3.9	300 肉団子担々麺 ご飯・ふりかけ 752 23 7.4
20 月	170 五目チャーハン 焼き餃子 中華風スープ 698 13.7 2.9	400 ソースカツ丼 中華風スープ 839 21 3.8	300 肉うどん わかめご飯 858 24.3 4.2
	200 ロコモコ丼 コンソメスープ 842 23.9 3.8	400 ご飯 チーズメンチカツ・コンクリームフライ つけ合わせ(ミックススロー) コンソメスープ 924 19 3.3	270 麻婆ラーメン ご飯・なめたけ 659 24.8 6.8
22 水	150 ご飯 酢豚 かきたま汁 115 19.4 6	420 ご飯 鶏の照り焼き ピリ辛炒め・ミニオムレツ かきたま汁 797 31.3 3.7	300 エビかき揚げうどん 稲荷寿司 561 13.3 4.3

日付	南伏立 A	南伏立 B	南伏立 C
23 木	200 ご飯 肉じゃが 味噌汁 804 17.5 3.3	400 麻婆豆腐丼 コーヒーゼリー 790 22.8 3.8	270 塩バターラーメン チャーハン 701 16.9 7.3
	170 ご飯 ブルコギ風焼肉 わかめスープ 692 24.9 3.1	500 ご飯 鶏唐揚げタンドリー風味 付け合わせ(スロー) 野菜コロッケ わかめスープ 986 24.7 2.7	200 温玉うどん 2色丼 612 19.9 4
27 月	150 天丼 味噌汁 835 22.9 4.3	420 ご飯 ハンバーグミートソース スパソテー・皮付きポテト 味噌汁 923 26.6 4.8	300 味噌ラーメン 混ぜ込みしらすご飯 585 17.5 6
	170 ご飯 エビカチリソース 味噌汁 713 28.1 3.4	500 ねぎ塩カルピ丼 味噌汁 840 23.8 4.2	200 カレーうどん ご飯・ふりかけ 793 20.1 5.9
29 水	200 ご飯 チキンチーズ焼き ジャガイモソテー・メンチカツ コンソメスープ 938 31.6 3.9	450 ハヤシライス ジョア 783 20.3 3.9	220 醤油とんこつラーメン ご飯・メンチカツ 783 23.5 5.7
	160 ご飯 欧風カレーコロッケ・ハムカツ 付け合わせ(スロー) - ロゼリー わかめスープ 889 14.6 3	240 ビビンバ丼 わかめスープ 651 25.7 4.9	190 きつねうどん ご飯・唐揚げ 844 27.6 6.5
31 金	180 オムライス コンソメスープ 714 11.3 3.9	260 ご飯 鶏竜田揚げ 付け合わせ(ミックススロー) 小松菜胡麻和え コンソメスープ 953 34.5 3.9	150 醤油ラーメン 菜飯 580 18.5 6.7

- ※ 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。