

# 令和2年7月度後半 高崎工業高校お弁当給食献立

日にち	お弁当内容	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
20日(月)	混ぜ込みビビンバ(ご飯・ビビンバの具)	621	21.1	3.6
	牛 胡麻 大豆 小麦 リンゴ			
21日(火)	カツ煮丼(ご飯・豚カツ煮)	846	21.3	2.2
	豚 小麦 大豆 卵 乳 サバかつおだし			
22日(水)	麻婆豆腐(ご飯・麻婆豆腐・春巻き・漬物)	879	24.8	5.1
	豚 大豆 小麦 乳 鶏 胡麻			
27日(月)	ハンバーグ弁当(ご飯・ハンバーグデミソース・チキンナゲット・スパソテー・皮付きポテト・一口チーズ・漬物)	997	27.6	3.9
	鶏 豚 牛 小麦 大豆 乳 トマト リンゴ			
28日(火)	ヒレソースカツ丼(ご飯・ヒレソースカツ・厚焼き玉子・紅生姜・スロー)	788	19	3.4
	豚 小麦 卵 リンゴ トマト 大豆			
29日(水)	ポークカレーライス(ご飯・唐揚げ・カレールー・福神漬け)	1020	24.4	5.1
	豚 鶏 小麦 大豆 卵 乳 鶏 長いも			
30日(木)	鮭弁当(ゴマ塩ご飯・鮭の塩焼き・筑前煮・厚焼き玉子・きんぴら・肉団子・イカ天ぷら・ちくわ天ぷら・醤油パック・甘豆)	882	34.2	3.3
	鮭 豚 鶏 小麦 胡麻 卵 イカ 大豆			

## 《アレルギー表示について》

赤文字…素材そのもの、含有量の多いもの

青文字…調味料に使われているもの(例)醤油,ゴマ油など、含有量の少ないもの