

令和2年度 9月高崎工業高校給食献立

日付	献立A	献立B	献立C
1 火	カレー風味唐揚げ弁当 (ご飯・カレー風味唐揚げ・ミニ串ドック・オムレツ・スパソテー・枝豆・ケチャップ) 鶏 小麦 豚 ケチャップ 豚 卵 大豆 卵 乳		
2 水	180 五目チャーハン 焼き餃子 中華風スープ 738 15.1 3.1	360 ご飯 和風おろしハンバーグ 付け合わせ(スロー)・ポテトサラダ 中華風スープ 794 19.7 3.7	300 冷やしラーメン ご飯・焼き餃子 641 18.7 4.1
3 木	200 ご飯 チキンチーズ焼き・ジャガイモソテー スナップエンドウ・オレンジ 玉ねぎのスープ 804 28.3 3.4	340 ご飯 ヒレカツ つけ合わせ(スロー)ピリ辛炒め 玉ねぎのスープ 733 19.7 3.6	300 温玉うどん ご飯・ピリ辛炒め 599 17.6 4.1
4 金	180 ご飯 欧風カレーコロッケ・イカフライ 付け合わせ(ミックススロー) 味噌汁 917 19.6 3.6	360 ビビンバ丼 味噌汁 680 28.6 5.4	300 味噌ラーメン 菜飯 583 17.4 6.1
7 月	200 ご飯 鮭のワインホイル蒸し ハムカツ 味噌汁 781 29.1 3.6	340 ご飯 豚肉生姜炒め 餃子フライ・付け合わせ(スロー) 味噌汁 1018 26.2 3.5	300 冷やしぶっかけうどん ご飯・ハムカツ 767 18.7 4.8
8 火	100 ご飯 酢豚 卵スープ 1079 18.9 6.2	440 カレーライス 牛乳 953 20.3 3.7	300 塩バターラーメン チャーハン 701 16.9 7.3
9 水	140 ご飯 豆腐バンバンジー ふりかけ 味噌汁 723 33.8 4.8	400 ご飯 チーズメンチカツ・エビフライ つけ合わせ(スロー)・ーロゼリー 味噌汁 814 20.1 3.7	300 きつねうどん 卵丼 739 23.9 6.4
10 木	200 ご飯 天ぷら 味噌汁 833 23.5 2.9	340 ご飯 鶏の照り焼き・ホタテ風味フライ 付け合わせ(スロー) 味噌汁 857 31.3 3.8	300 冷やし担々麺 わかめご飯 762 21.8 6.5
11 金	140 ご飯 筑前煮 揚げだし豆腐 796 24.2 2	400 ねぎ塩カルピ丼 味噌汁 811 21.4 4.3	300 わかめ天うどん 2色丼 660 15.8 4.1
14 月	160 ご飯 豚キムチ炒め わかめスープ 901 23.7 6.7	380 ご飯 チキン南蛮・タルタルソース 付け合わせ(スロー)・小松菜胡麻和え わかめスープ 901 22.6 3.9	300 醤油ラーメン ご飯・肉団子 648 21.8 6.2
15 火	140 ご飯 回鍋肉 味噌汁 774 20.4 4.9	400 ハヤシライス ショア 827 22.2 3.9	300 冷やしたぬきうどん 稲荷寿司 584 14.6 4.8

日付	献立A	献立B	献立C
16 水	200 そば飯チャーハン たこ焼き 味噌汁 762 15.4 4.5	400 ご飯 照り焼きハンバーグ 和風スパソテー・フライドポテト 味噌汁 931 23.6 4.8	240 酸辣湯麺 生姜焼き丼 678 18.8 4.7
17 木	190 ご飯 鮭の塩焼き・大根おろし ひじき煮 豚汁 647 26.9 2.7	350 麻婆豆腐丼 ブドウゼリー 839 23.8 4.3	300 カレーうどん ご飯・昆布佃煮 787 19.9 5.7
18 金	160 エビピラフ 野菜コロッケ 味噌汁 649 20.8 4.1	400 ご飯 手作りから揚げ・野菜コロッケ 付け合わせ(スロー) 味噌汁 1047 29.2 3.7	280 醤油とんこつラーメン ご飯・ふりかけ 647 20 5.8
23 水	160 ロコモコ丼 味噌汁 848 23.7 4.6	380 ご飯 味噌カツ つけ合わせ(スロー)・もやしピリ辛和え 味噌汁 906 25.8 6	300 冷やしピリ辛うどん ご飯・甘辛唐揚げ 740 21.3 6.3
24 木	160 ご飯 ブルコギ風炒め わかめスープ 694 25.2 4	400 カレーライス ヨーグルト 886 18 3.7	280 担々麺 菜飯 725 22.7 6.9
25 金	180 ご飯 肉じゃが 味噌汁 803 17.8 3.3	360 豚肉生姜焼き丼 味噌汁 812 19.8 3.5	300 温玉うどん そばろ丼 622 21.3 4.2
28 月	200 オムライス コンソメスープ 670 10.5 4.2	340 ご飯 牛肉コロッケ・コンクリームコロッケ つけ合わせ(スロー)・ーロチーズ コンソメスープ 4 23.3 1010	300 海苔醤油ラーメン ご飯・肉団子 617 19.5 6.1
29 火	160 ご飯 揚げどりの五目炒め 中華風スープ 787 27.7 2.9	380 ご飯 チーズハンバーグ ほうれん草ソテー・オムレツ 中華風スープ 746 25.8 4.5	300 かき揚げうどん 卵丼 699 17.4 5
30 水	160 ご飯 タンドリーチキン ジャガイモソテー・コールスローサラダ 味噌汁 876 28.5 5	380 ミックスソースカツ丼 味噌汁 797 22.4 5	300 辛味噌ラーメン イカソースカツ丼 685 20.8 6.3

※ 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。
 ※ 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。