



# 平成31年度5月 予定献立表



埼玉県立熊谷高等学校 定時制

日	曜日	早給食	献立名	エネルギー	蛋白質
7	火		ちまき風おこわ すまし汁 白身魚のフライ キャベツとツの和風マヨネーズ かしわ餅	851kcal	28.6g
8	水		ご飯 中華スープ 回鍋肉 しゅうまい	836kcal	34.1g
9	木		味噌汁 肉豆腐 和風サラダ	776kcal	30.3g
10	金		ナポリタン コールスローサラダ スパゲティ フルーツポンチ	955kcal	28.5g
13	月		ご飯 味噌汁 焼き肉炒め きゅうりのピリッと漬け	848kcal	32.7g
14	火		チキンカレー キャベツのさっぱりレモンサラダ 野菜とくだものゼリー	936kcal	30.2g
15	水		ご飯 ごま豆乳キムチスープ 鮭の塩焼き 揚げじゃがのそぼろ煮	879kcal	44.2g
16	木		コッペパン 春野菜のクリームシチュー ハムともやしのマリネ オレンジ	909kcal	31.9g
20	月		ご飯 わかめスープ 麻婆豆腐 ねぎ塩まんじゅう	818kcal	30.7g
21	火		ご飯 味噌汁 さわらの醤油マヨネーズ焼き 豚しゃぶサラダ	900kcal	33.7g
22	水		ご飯 コンソメスープ オーロラチキン アスパラサラダ	880kcal	30.4g
23	木		ご飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ いその香和え	832kcal	30.4g
24	金		ソース焼きそば 中華風ポテトサラダ オレンジゼリー	901kcal	26.8g
27	月		モチ玄米入り 味噌汁 カレー肉じゃが ご飯 おかか和え	813kcal	29.2g
28	火		ご飯 味噌汁 あじの南蛮漬け マセドアンサラダ	861kcal	36.3g
29	水		ゆかりご飯 味噌汁 松風焼き 小松菜とわかめのサラダ	808kcal	34.6g
30	木		ムケッカ オレンジサラダ ココナッツケーキ	975kcal	975g
31	金		かき揚げうどん 野菜の甘酢和え 抹茶ミルクプリン	840kcal	28.7g

※食材の発注などの関係により、献立を一部変更する場合があります。



## 旅する給食5月「ブラジル」



日本のちょうど反対側に位置するブラジルは、南米で最も大きな面積の国です。「移民の国」とも呼ばれるブラジルは、様々な文化が混ざり合い、料理は主に5つの地方に分かれた料理が発展しています。

- ・「**ムケッカ**」…ブラジル風のシーフードシチューです。食べやすい味にアレンジして提供します。
- ・「**オレンジサラダ**」…ブラジルはオレンジの生産量が世界一です。
- ・「**ココナッツケーキ**」…ブラジルでは、ココナッツが様々な料理に使われるほど主流です。アクセントにバナナを入れました！バナナもブラジルで生産量の多い果物です。